ROCZNIK XIII. GRUDZIEŃ 1932 ZESZYT 12.

WYCHOWANIE FIZYCZNE

MIESIĘCZNIK POŚWIĘCONY HIGJENIE SZKOLNEJ I WYCHOWAWCZEJ ORAZ KSZTAŁCENIU CIELESNEMU W DOMU, SZKOLE, ARMJI I STOWARZYSZENIACH, ORGAN MIĘDZYUCZELNIANY STUDJÓW WYCHOWANIA FIZYCZNEGO (STUDJUM W. F. UNIWERSYTETU POZNAŃSKIEGO, STUDJUM W. F. UNIWERSYTETU JAG., CENTR. INST. WYCH. FIZ. NA BIELANACH) POLECONY PRZEZ MIN. W. R. I O. P., PAŃSTW. URZĄD WYCHOW. FIZYCZN. I PRZYSP. WOJSKOW., KURATORJA OKR. SZKOLNYCH, ZASZCZYCONY NAGRODĄ Z FUNDACJI G. PIRAMOWICZA.

REDAKTOR NACZ.: PUŁK. DR. Z. GILEWICZ, WARSZAWA — CENTR. INST. WYCH. FIZ.

PROTOKÓŁ PLENARNEGO POSIEDZENIA RADY NAUKOWEJ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W DNIU 22 MAJA 1932 R. W SALI KONFERENCYJNEJ MINISTERSTWA SPRAW WOJSKOWYCH w WARSZAWIE

Posiedzenie rozpoczęło się o godz. 10-ej.

Obecni byli:

1. Minister spraw wojskowych — *Marszałek Józef Piłsudski* — przewodniczący Rady Naukowej Wych. Fiz.,
2. Szef Departamentu Zdrowia M. S. Wojsk. — *gen. bryg. dr. Stanisław Rouppert* — wiceprzewodniczący Rady Naukowej Wych. Fiz.
3. Dyrektor Państw. Urzędu W. F. i P. W. — *płk. dypl. Władysław Kiliński,*
4. Delegat Min. W. R. i O. P. — *mjr. w st. sp. Józef Błoński,* — naczelnik Wydziału Wych. Fiz. i Higjeny Szkolnej,
5. Dyrektor Departamentu Służby Zdrowia M. S. Wewn. — *dr. Eugenjusz Piestrzyński.*
6. *Inż. Bobkowski Aleksander,*

7. *Prof. dr. Ciechanowski Stanisław,*
8. *Płk. doc. dr. Dybowski Władysław,*
9. *P. Gebethnerówna Józefa,*
10. *Dyr. Giżycki Władysław,*
11. *Dr. Kopczyński Stanisław,*
12. *Dr. Franiówna Zofja,*
13. *Prof. dr. Michałowicz Mieczysław,*
14. *Red. Muszałówna Kazimiera,*
15. *Wiz. Olszewska Helena,*
16. *Doc. dr. Szulc Gustaw,*
17. *Płk. dr. Osmolski Władysław,*
18. *Prof. dr. Piasecki Eugenjusz,*
19. *Wiz. Sikorski Walerjan,*
20. *P. Smulikowski Juljan,*
21. *Prof. dr. Strumiłło Tadeusz,*
22. *Płk. dypl. Ulrych Juljusz,*
23. *Wiz. Wyrobek Zygmunt,*
24. *Płk. dr. Gilewicz Zygmunt.*

Z pośród pełnego składu Rady Naukowej W. F. nie była obecna: *Dr. Zofja Zabawska-Domosławska.*

OTWARCIE POSIEDZENIA.

O godz. 10-ej rano Przewodniczący Rady — Minister Spraw Wojskowych Marszałek Józef Piłsudski otworzył posiedzenie i przed obradami udzielił głosu Gen. Dr. Stanisławowi Rouppertowi Wice-Przewodniczącemu Rady, który wygłosił przemówienie następujące:

„Panie Marszałku, Wysoka Rado,

W czerwcu ubiegłego roku Rada Naukowa Wychowania Fizycznego poniosła niepowetowaną stratę przez śmierć Dr. E. Lewickiej, członka i pierwszego Sekretarza Rady Naukowej od początku jej istnienia.

Doceniając należycie doniosłość wychowania fizycznego w kraju, ś. p. Dr. E. Lewicka oddała się całą duszą pracy nad tem zagadnieniem na terenie Rady, dążąc wszelkiemi siłami do postawienia samej Rady na najwyższym poziomie.

Zorganizowała Ona Bibljotekę Rady Naukowej, dała inicjatywę wielu badaniom (np. zakopiańskie badanie narciarzy w 1929 r.), dała inicjatywę i zorganizowała Pracownię Naukową Rady na Bielanach, którą zainaugurowała własną pracą.

Równolegle do tej pracy ś. p. Dr. Lewicka prowadziła prace podstawowe w terenie; na gruncie Druskienik niemal z niczego stworzyła piękny Zakład Kąpieli Słoneczno-Powietrznych, który może być wzorem takich Zakładów, a który równocześnie jest wspaniałym pomnikiem Jej pracy.

Nie szukając rozgłosu, przeciwnie — chowając się zawsze w cień, cicha, skromna, nie podnosząc nawet nigdy głosu, umiała dążyć z niezłomną konsekwencją do postawionego celu. Dzięki tym cechom charakteru, dzięki Jej pracy, wynikom tej pracy — postać ś. p. Dr. Lewickiej pozostanie zawsze żywa wśród nas.

Cześć Jej pamięci!"

Zebrani wysłuchali przemówienia tego, stojąc.

Z kolei został odczytany i przyjęty następujący porządek dzienny:

1) Sprawozdanie z działalności Państw. Urzędu Wych. Fiz. i P.W. — Dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i P. W. *Płk dypl. Władysław Kiliński;*

2) Sprawozdanie z działalności Sekretarjatu Rady — *sekretarz Rady, red. Kazimiera Muszałówna;*

3) Sprawozdanie Komisji Lekarskiej — *sekretarz Komisji, doc. dr. Władysław Dybowski, ppłk.;*

4) Sprawozdanie Komisji Miernika — *prof. dr. Stanisław Ciechanowski;*

5) Referat o Państwowej Odznace Sportowej — *red. K. Muszałówna;*

6) Referat o programach studjów w C. I. W. F'ie na Bielanach i studjów uniwersyteckich w. f. (Kraków, Poznań) — *dr. Zygmunt Gilewicz, płk.*

7) Referat o wychowaniu fiz. i sporcie kobiet — *red. K. Muszałówna;*

8) Wolne wnioski.

Przewodniczący — *Marszałek Józef Piłsudski:*

Przystępujemy do porządku dziennego. Na pierwszym punkcie porządku obrad jest sprawozdanie z działalności Państw. Urzędu W. F. i P. W. Udzielam głosu Pułkownikowi Kilińskiemu.

I

SPRAWOZDANIE Z DZIAŁALNOŚCI PAŃSTWOWEGO URZĘDU WYCH. FIZ. I P. W. ZA LATA 1929/30 — 1931/32. REFERUJE DYREKTOR P. U. W. F. PUŁK. DYPL. WŁADYSŁAW KILIŃSKI.

Ostatnie dwulecie działalności Państw. Urzędu W. F. i P. W. przynosi naogół nieznaczne uzupełnienie i przeobrażenie form organizacyjnych. Dokonywały się one właściwie tylko pod naciskiem rozwijających się lub powstających nowych zasadniczych problemów, ponieważ kilkuletnie doświadczenie potwierdziło w głównym zarysie trafność ujęcia z miejsca we właściwe ramy całości zagadnienia.

Specyficzne warunki całego wschodniego i północno - wschodniego pogranicza polskiego, tak pod względem geograficznym, jak narodowościowym, państwowym, kulturalnym i obronnym wymuszają w pracy wychowania fizycznego w tym pasie potrzebę szczególnej przymieszki wychowawczej. One to stanowią ideową przesłankę wydzielenia całego tego pogranicza z małemi wyjątkami z pod wpływów odnośnych Okręgowych Urzędów W.F. i P.W. i oddania go we wpracowane już chlubnie w ten teren ręce Inspektoratu W.F. i P.W. Korpusu Ochrony Pogranicza. Na pograniczu zachodnim i północno-zachodnim udział w pracy Straży Granicznej jest niepomiernie węższy. Ogranicza się on do pomocy instruktorskiej. Pas ten odmiennych form organizacyjnych od reszty kraju nie potrzebuje.

Nie jest żadnem przeobrażeniem form organizacyjnych, lecz tylko wydatnem rozszerzeniem agend Okr. Urz. W.F. i P.W. kierownictwo i kontrola prac wychowania fizycznego w wojsku. To uzupełnienie gwarantuje zcalanie się myśli przewodnich, ruchu i metod wychowania fizycznego w państwie, oraz wzbogaca doświadczenie, a niewątpliwie też udoskonali praktyczne i teoretyczne wskazania na przyszłość.

Akcja społeczna zogniskowana w Wojewódzkich, Powiatowych i miejskich Komitetach W.F. i P.W. rozwija się nader pomyślnie

i coraz wyraźniej krystalizuje. Niedość przemyślany zakres działania Komitetów wojewódzkich, sformowanych w początkach raczej z nakazów hierarchicznych, jak z świadomej konieczności współpracy, zwolna się rozjaśnia i upraktycznia. Pomyślane jako organa nadzorcze i kierownicze w stosunku do Powiatowych i Miejskich Komitetów, nie prowadzące bezpośredniej pracy w terenie, lecz wskazujące im regjonalnie kierunek pracy, inspekcjonujące oraz kontrolujące i zatwierdzające ich preliminarze budżetowe, będą mogły obecnie rozwinąć skrzydła związane własnego budżetu, dzięki uzgodnionej z Państw. Urz. W.F. i P.W. instrukcji Pana Ministra Spraw Wewn., zezwalającej Komitetom Wojewódzkim dysponować jednym procentem budżetów Komitetów powiatowych. Przeciętna tych budżetów w państwie wynosi 4.000.000 zł. rocznie, jeden procent daje 40.000 zł. Mniejwięcej więc Komitet Wojewódzki będzie dysponował 2.500 zł. rocznie, co prawdopodobnie pozwoli mu spełnić nałożone nań zadanie.

Komitety powiatowe okazały się kapitalnem dopełnieniem akcji państwowej w dziale finansowania ruchu wychowania fizycznego. W chwili, gdy z rozlicznych powszechnie znanych przyczyn kurczą się wszędzie budżety, pełna zapału i siły woli akcja Komitetów wyrównuje szczerby w budżecie państwowym w sposób nieraz decydujący. Im większe przeszkody, tem mężniej prze naprzód. Od 800.000 zł. rocznego budżetu samorządowego na cele w. f. i p. w. dociągnął on w r. 1931 do przeszło 5.000.000 zł. Głównym źródłem dochodów Komitetów w. f. i p. w. są kredyty przydzielane przez samorządy powiatowe, gminne i wiejskie. Na uwagę zasługują dochody pochodzące z dąrowizn, oraz subwencyj osób prywatnych, sfer bankowych i przemysłowych. W ostatnim roku Komitety zaczęły czerpać dochody również z imprez sportowych, co świadczy o ich sprawności w pracy i przedsiębiorczości. Suma uzyskana tą drogą wynosi 392.000 zł. Gospodarka temi funduszami jest różna w znaczeniu celowości. Ostatnio wydał Państw. Urząd W.F. i P.W. odpowiednie instrukcje, które uchylają błędy i zgrają ten budżet możliwie najharmonijnej z budżetem państwowym.

Komitety miejskie większych miast okazują naogół znacznie mniejszą aktywność. Szczególna wrażliwość samorządów większych miast na t. zw. niezależność od władz i instytucyj państwowych i skomplikowane więzy kluczów różnych interesów zaprzepaszczają preliminowane teoretycznie kwoty lub konsumują je w sposób chaotyczny i mało owocny. Są jednak budujące wyjątki z tej gmatwani-

ny organizacyjnej i rzeczowej, jak Poznań, Bydgoszcz, większe miasta woj. Śląskiego i inne, a niebawem mają powiększyć ich szeregi Warszawa i Lwów.

Podkomitety gminne po wsiach i komisje sportowe w małych miasteczkach tworzą się dopiero w ostatnich czasach. Gminy te zdradzają coraz żywszą skłonność do uchwalania pewnych sum na cele w f. i p. w., o ile kwoty te są przez nie konsumowane. Organizacja jednak tych podkomitetów i komisyj wymaga bardzo ostrożnego podejścia, ponieważ małym gminom brak jeszcze poważniejszych osób, przygotowanych do racjonalnego samodzielnego administrowania tak specjalnym budżetem. Rozumna kuratela przewodniczących i komitetów powiatowych jest tu bardzo pożądana. Uspołeczni i usportowi chłopa. Fakt powstania pewnej ilości tych podkomitetów zwłaszcza na kresach należy powitać z uznaniem i radością.

Dla wykończenia obrazu zmian i uzupełnień organizacyjnych wspomnę tu jeszcze wymarsz Państw. Urzędu W.F. i P.W. poza granice państwa polskiego z opieką nad tężyzną moralną i fizyczną polonji i emigracji polskiej do Francji, Brazylji, Gdańska i Rumunji ze pośrednictwem odpowiednich instruktorów, oraz Czechosłowacji, Łotwy i innych krajów w sposób, na jaki prawa tamtejsze pozwalają.

*

W okresie sprawozdawczym dotyczyła działalność Państw. Urzędu W.F. i P.W. całego szeregu zagadnień, z których kilka najważniejszych pragnę omówić.

Na czoło zagadnień tych pozwolę sobie wysunąć kwestję instruktorów wych. fiz. z głównym warsztatem pracy Centr. Inst. Wych. Fiz. w Warszawie na Bielanach, uruchomionym po raz pierwszy w roku 1929/1930. Jego organizacyjna struktura zawiera w sobie trzy bardzo charakterystyczne cechy z pewnem eksperymentalnem zabarwieniem. Jedną z nich to życie i warunki pracy internatowe dla kobiet, mężczyzn cywilnych i wojskowych, słuchaczy i słuchaczek, w pewnej mierze przesądzonej przyjętem rozplanowaniem rozmieszczeń mieszkań i urządzeń w Instytucie, w wyższej mierze kształtowane metodą wychowawczą, stosowaną przez dyrekcję Instytutu i jego organa. Druga i trzecia cecha wywodzą się z osobistej dyspozycji Pana Marszałka, zmierzającej do doświadczeń o znaczeniu szczególnie doniosłem. Są niemi: 1) przekazanie całokształtu wychowania i wyszkolenia we wszystkich działach Instytutu dyrektorowi Instytutu pod jego bezpośrednie kierownictwo i całkowitą odpowiedzialność z rów-

noczesnem zwolnieniem od codziennych trosk administracyjnych i odpowiedzialności za nie, 2) złożenie całej administracji Instytutu na barki administratora, za którego działalność tak formalną, jak i merytoryczną odpowiedzialny jest dyrektor Państw. Urzędu W.F i P.W. W praktyce ten podział czynności ma prowadzić do zgodnej, a uzupełniającej się akcji na rzecz idei kształcenia i wychowania podstawowej kadry instruktorskiej w. f.

Pod względem budowlanym można już obecnie uważać Instytut za dzieło skończone tak dla celów jego przeznaczenia, jak i w swoim zewnętrznym wyrazie. Pewne, nieraz ważne fragmenty budowli, jak wielka sala gimnastyczna i hala sportowa wymagają stosunkowo drobnych, będących na ukończeniu uzupełnień, inne, jak kryta pływalnia ograniczają się do zewnętrznie wykończonej powłoki bez istotnego basenu, oparkanienie Instytutu z wyjątkiem głównej bramy wjazdowej jest prymitywnem prowizorjum, całość jednak tworzy wystarczający, gdzieniegdzie bogaty, na zapas obmyślany, poważny i uroczy warsztat pracy. Wyprzedzając wiele państw i narodów w stawianiu tego dzieła, mimo solidności i wszechstronności studjów wstępnych jakoteż częstych korektur w czasie trwania budowy, nie mogliśmy się — rzecz naturalna i ludzka — uchronić przed pewnemi niedoskonałościami i błędami pierworodztwa. Spycha je jednak w cień tak rozwiązanie całości, jak i wielu pierwszorzędnych szczegółów, mogących stanowić wzór i źródło natchnień dla wielu narodów i panstw na długi szereg lat. Dzieło to jest też przedmiotem zazdrości i niekłamanego podziwu zagranicy, a także długotrwałym pomnikiem i żywą kuźnią wdzięczności dla wielkiego ducha, który je stworzył.

Wynikające z pierwszej cechy program wychowania i metoda nie mogły być z chwilą uruchomienia Instytutu z przybliżoną nawet dokładnością sprecyzowane, a tem mniej usztywnione. Jako rzecz prawie nowa mogły być i były dyskutowane i układały się przy uświadomieniu sobie konkretnego celu wychowawczego jedynie intuicją i wrodzonym zmysłem pedagogicznym kierownika i jego współpracowników. Celem tym miało być uspołecznienie słuchaczy i słuchaczek i nastawienie praktyczne do wybranego przez nich zawodu. Wyłączono z pod metod działania wszelką błyskotliwą pomysłowość i eksperymenty. Przeszło dwuletnie doświadczenie poparte pokrewną pracą na innych odcinkach obecnego dyrektora Centr. Inst. Wych. Fiz. ujmuje program i metodę znacznie już bardziej wyraźnie, dotykalnie. Dążenie do uspołecznienia wy-

rażać się ma sumą wykonywanych prac społecznych, wiążących się uczuciowo i logicznie z programem przygotowawczej pracy zawodowej przy takiem rozplanowaniu czasu, aby okres pobytu w Instytucie dla słuchacza zawarł w sobie właściwe procenty czasu, poświęconego na zdobycie wiedzy i jej stosowania w życiu, widoczny rezultat pracy społecznej i pracą nad sobą samym. Do rzędu tych prac należeć będą opieka nad dziatwą, zamieszkałą w obrębie Instytutu i w sąsiadującym Żoliborzu oraz Zdobyczy Robotniczej, organizacja i praca w ogródku Jordanowskim, który wkrótce przy minimalnym wkładzie finansowym zostanie założony na terenie Instytutu, doświadczalne przedszkole w tymże ogródku z obserwacją wpływów fizycznych i duchowych (charakterowych i umysłowych) na rozwój dziecka, dyskretna a zdecydowana opieka nad ruchem samokształceniowym słuchaczy i słuchaczek w świetlicy i sekcjach ożywionej Bratniej Pomocy słuchaczy i słuchaczek. Metoda wychowania ma być wzorowana na duchu, a częściowo i formach metody harcerskiej. Plan ten stopniowo się już realizuje. Jeśli stan obecny nie jest jeszcze całkowicie zadawalający, to na jego obronę należałoby stwierdzić, że wróżby na przyszłość są pomyślne, skoro w obecnych dość ryzykownych w samem założeniu warunkach nie zauważono pod względem wychowawczym nic niepokojącego mimo bardzo sumiennej i czułej kontroli.

Bezpośrednie kierownictwo pedagogiczne i praktyczne dyrektora Centr. Instytutu polega na określaniu warunków przyjmowania nowych kandydatów do uczelni, opracowywaniu programów nauki i ćwiczeń, właściwym wyborze i sposobie stosowania metody, ustalaniu kryterjów oceny postępów słuchaczy zadaniach naukowo-badawczych. Nie zaszkodzi tu przypomnieć, że Centr. Instytut W. F. powstał formalnie z połączenia Państw. Instytutu W. F. z Centr. Wojsk. Szkołą Gimnastyki i Sportów, faktycznie jednak po pierwszym zostały mu w spuściźnie bardzo pobieżne i niedokładne wiadomości o jego wychowankach i zestaw wykładanych w nim przedmiotów, Centralna Wojskowa Szkoła zaś ufundowała ze swego personelu instruktorskiego, z wypraktykowanych przez kilka lat programów i metod narosłej tradycji kościec Instytutu. W kraju poza Studjum Wych. Fiz. w Uniw. Poznańskim, z którem Centr. Szkoła Wojskowa często się stykała, nie było ani wzorów, ani tradycyj. Ten stan rzeczy spowodował, że Centr. Instytut nie potrzebował wprawdzie zaczynać od teoretycznych tylko podstaw, ale też rodził się z pomocą i równoczesnem obarczeniem brzemieniem jednostronnego doświadczenia i nasiąkłej zwyczajami organizacji pracy.

W warunkach przyjmowania kandydatów do Centr. Szkoły Wojsk. dominowały sprawność i właściwości fizyczne kandydatów, ponieważ — jak praktyka wykazała — przygotowanie umysłowe oficerów zaspakajało wysokie nawet wymagania. Wprawdzie przy przyjmowaniu kandydatów i kandydatek do Instytutu nie pominięto i badań psychotechnicznych i studjum przedstawionych przez nich świadectw szkolnych, próbowano nawet wypunktować stosunek cech fizycznych do umysłowych, celem dokonania najlepszego doboru, ale współczynnik sprawności fizycznej i zdrowia najczęściej zwyciężał. Zespoły przyjętych słuchaczek mniej nastręczały krytycznych uwag, może z powodu większego wyboru i ogólnie lepszego materjału umysłowego słuchacze natomiast nie mogli zadowolić wymagań tak swym poziomem intelektualnym, jak i kulturalnym. Stąd wejście na drogę porozumienia ze Studjami Wych. Fiz. w Uniwersytetach, wymiana spostrzeżeń i zapatrywań na rolę wychowawcy fizycznego w szkole, które w rezultacie przyniosą z nowym rokiem szkolnym inny niż dotychczas układ prób eliminacyjnych dla przyszłych słuchaczy i słuchaczek Centr. Inst. Jest to niewątpliwie zagadnienie bardzo trudne i chyba nigdy nie będzie doskonale rozwiązane. W każdym razie to, co się przygotowuje w tym względzie, zapisać należy na dobro postępu szkoły. Walory duchowe i umysłowe kandydatów znajdą na stałe poczestniejsze miejsce w klasyfikacji warunków.

Programy ćwiczeń i nauki, oraz metoda są w Centr. Instytucie w stadjum powolnej, ale trwałej ewolucji. Programy i metoda szkolenia mężczyzn zapożyczyły się zrazu ze Szkoły Wojskowej, dla kobiet tworzyły się one w pewnej mierze z teorji i zrozumienia, że nie mogą być ślepem naśladownictwem programów dla mężczyzn, ale pod silnym ich wpływem. Różnice programów i metod zwłaszcza przeznaczonych dla kobiet, między Centr. Inst., a Studjum W. F. w Uniwersytetach były bardzo duże, tak duże, że statutowo wspierająca opinjami dyrektora Centr. Inst. t. zw. Rada przy dyrektorze uznała za konieczne dążyć do ich częściowego wyrównania. Zdaniem tej Rady różnice te nosiły charakter przesadnej przewagi ćwiczeń praktycznych nad teorją i niedość usprawiedliwionej dysproporcji godzin przenaczonych na pewne przedmioty, ćwiczenia i działy w stosunku do Studjów. Częsta, rzeczowa, podyktowana życzliwością i coraz lepszem wzajemnem zrozumieniem wymiana zdań doprowadza te programy do takiego zbliżenia, że wspólny język fachowy wychowanków tych uczelni zdaje się być na przyszłość zapewniony. Pewne rozbieżności programowe być jednak muszą, skoro czas trwania

nauki w Studjach jest dłuższy, warunki pracy są inne i cele uczelni bliskie, rodzinne, ale nie bliźniacze. Tendencje abstrakcyjno-naukowe Studjów, a praktyczno-metodyczne Instytutu nie powinnyby być niwelowane zupełnie.

Łączność między Centr. Inst. W. F., a Studjami W. F. w Uniwersytetach zacieśnia się mimo pozorów przyczyn do wzajemnej zazdrości. Studja z obliczem uczonego i Instytut bogaty laborant z aspiracjami akademickiemi wchodzą już w nader obiecującą na przyszłość zażyłość. Wyrazem tego są sporadyczne, bardzo owocne, konferencje międzyuczelniane i zapowiedź organizującego się już na lato wspólnego obozu wychowanków uczelni. Celem obozu tego będzie przerobienie praktyczne w warunkach prymitywnych i naturalnych, więc bez urządzeń i całego wyposażenia materjałowego tego, co słuchaczki i słuchacze przeszli w prawie idealnych warunkach szkolnych. Elementem szkolonym będą zespoły miejskie, dostarczane lokalnie przez oficerów przysp. wojsk. Przedmiotem wspólnej praktyki będzie nadto wycieczkowanie i obozownictwo ruchowe z praktycznem zastosowaniem metody harcerskiej i kierownictwo zespołów ratowniczych. Najważniejszem jednakże zamierzeniem będzie zbliżenie się, zżywanie i poznanie wzajemne w pracy wychowanków i kadry instruktorskiej. Jeśli wyniki obozu będą dobre, czego należy się spodziewać, to akcja ta będzie i w przyszłości podtrzymana.

Ustalenie kryterjów oceny postępów słuchaczy winno być pochodną mocno i zdecydowanie narysowanego obrazu nauczyciela, mającego w przyszłości kierować w szkole wychowaniem fizycznem. Cenne i sumienne szkice znajdujemy już w naszej literaturze, ale obraz pełny jeszcze nie gotów. Tworzą go władze szkolne, pomagają wytrawnie wyższe uczelnie w. f. w czem Instytut sumiennie uczestniczy. Brak szeregu ważnych rysów w tym obrazie plączą czasem linje wytyczne. Instytut jest jeszcze na progu tego zagadnienia, za co go nie należałoby winić, bo doświadczenia tak, jak nie ma wcale.

Najważniejszy sprawdzian, czy jest się na właściwej drodze egzamin życiowy wychowanka - nauczyciela, dopiero przed niespełna rokiem mógł wystawić Instytut na próbę.

Na linji bardzo ważnych obowiązków dyrektora Instytutu leży nadawanie kierunku badaniom naukowym i wskazywanie tematów, związanych tak z praktyczną, jak teoretyczną stroną studjów w zakładzie. Obowiązek ten wypływa nie tylko z charakteru uczelni, ale i z faktu, że stanowi ona w wielu wypadkach najdogodniejsze i najbliższe pomocnicze laboratorjum dla Rady Naukowej Wych. Fiz. Nie

moją rzeczą jest orzekać, czy Instytut dobrze pracę tę zorganizował, czy właściwe podjął tematy i odpowiednią metodę badawczą stosuje. Uważam jednak za swój obowiązek stwierdzić tutaj, że dyrektor Instytutu program tych prac na pewną przestrzeń czasu ustabilizował i wszedł na drogę jego realizacji. Jeśli ten odcinek działania dyrektora jest nieco zapóźniony i w wynikach dotychczasowych zbyt skromny, to składa się na to ciężar wielu, pilnych i ważnych problemów organizacyjnych, który z pierwszem okresem życia Instytutu przedewszystkiem musiał być dźwignięty przez dyrektora uczelni.

W niespełna trzy lata od chwili otwarcia Instytutu można już z całą stanowczością powiedzieć, że odciążenie dyrektora zakładu od odpowiedzialności i żmudnych działań natury czysto administracyjnej było posunięciem życiowem i wskutkach swych pierwszorzędnego znaczenia. Dyrektor Instytutu otrzymał w ten sposób niezbędne warunki do istotnego kierowania i poważnego reprezentowania zakładu naukowego. Tempo rozwojowe instytucji zostaje dzięki temu dobitnie przyspieszone.

Jeśli chodzi o usamodzielnienie w działaniu administratora Centr. Inst. W.F. od jego dyrektora z zastrzeżeniem zawarowania ogólnego wpływu dyrektora na celowe zużycie środków materjalnych dla dobra nauki, to obserwacja dotychczasowych wyników tego podziału funkcyj zdaje się słuszność samej koncepcji całkowicie potwierdzić.

Studja Wych. Fiz. w Uniwersytetach Poznańskim i Krakowskim dopełniają dzieła kształcenia instruktorów pełnowartościowych. Mają one tę wyższość nad Centr. Instytutem, że są integralną częścią szkół akademickich z temi wszystkiemi wartościami duchowemi, które tylko tak poważne środowiska dać mogą. One tylko są uprawnione do nadawania stopni magisterskich, w czem młodsze Studjum Krakowskie poczęło od r. 1931 partycypować w pokaźnej cyfrze pierwszych dziesięciu magistrów. Pozostają one pod opieką Min. Wyzn. Rel. i O. P. Piękne owoce ich wysiłków są tem więcej godne podziwu, że borykają się z bardzo skromnemi często wypożyczanemi tylko urządzeniami sportowemi i naukowemi, oraz sprzętem i są datowane poniżej życiowych najoszczędniejszych możliwości.

Poza Centr. Inst. Wych. Fiz. i Studjami W. F. stanowiącemi trzon główny i oś problemu instruktorskiego, pracują nad kształceniem kadry pomocniczych instruktorów i przodowników Okręgowe Ośrodki Wych. Fiz. drogą rozlicznych kursów instruktorskich, wstępnych i propagandowych, tych ostatnich o charakterze niejako przygotowawczym. Ośrodków tych jest 14. W ostatnim dwuleciu przybyły

dwa: w Białymstoku i Łucku. W ciągu tych ostanich dwuch lat wypusciły ośrodki z swych murów i boisk przeszło 2000 przodowników z różnych gałęzi sportów i przeszło 5000 uczestników kursów wstępnych i propagandowych. Wyniki tej imponującej cyfrowo akcji niestety nie stoją we właściwym stosunku do wyłożonych kosztów finansowych i pracy przez Państw. Urząd W.F. i P.W. z powodu wadliwego doboru kandydatów. Poszukiwanie modnego zawodu płatnego instruktora wych. fiz. i dość znaczne bezrobocie wśród młodzieży niezupełnie lub zupełnie niewykwalifikowanej zwiększają pęd na kursa ale niestety egzekucja zobowiązania ich do częściowej choćby pracy ideowej na polu w. f. zawodzi. Nowa opracowywana instrukcja ma na celu uchylenie tego zła, wskazując między innymi na kontraktową i honorową kadrę p. w. jako na element najpewniejszy pod względem moralnym, najlepiej i najgęściej rozsiany w terenie i nabardziej jeszcze czynny. Najbardziej głodna instruktora wieś prawdopodobnie łatwiej go w ten sposób uzyska.

Wzgląd poprzednio wymieniony w ścisłym związku z rozlicznemi trudnościami budżetowemi, od których przecież i Państw. Urząd W.F. i P.W. nie jest wolny, spowoduje w nadchodzącym roku szkolenia częściowo zmieniony i system pracy Okr. Ośrodków W. F. W stałych swych siedzibach pozostaną one głównie na usługi ludności miejscowej, a pozatem ruszą w teren do różnych miejskich i wiejskich skupień ludnościowych z instruktorem i niezbędnym sprzętem dla propagandowego instruowania na miejscu. Państw. Urz. W.F. i P. W. obiecuje sobie po tej akcji szybszą injekcję ruchu sportowego wgłąb, przyspieszenie kroku w dążeniach do demokratyzacji i upowszechnienia wychowania fizycznego i co niemniej ważne, widzi w tem znaczne potanienie i umoralnienie systemu szkolenia. Nie pozostanie to też bez wpływu na Powiatowe i Miejskie Komitety, aby zabiegały o własnych siłach finansowych o stałych lub objazdowych fachowych instruktorów, których kadry są w terenie gotowe wśród nauczycielstwa, wychowanków Studjów, C.I.W.F-u i Ośrodków W.F., a nawet w razie zgody M. S. Wojsk. wśród wojskowych.

Ze sprawą tą łączy się będące w opracowaniu P.U.W.F. i P.W. uregulowanie kwestji stopni instruktorskich dla poszczególnych gałęzi sportu, więc zakresu ich wiadomości, egzaminów i uprawnień, oraz wygotowany wniosek do Min. Spraw Wewn. w sprawie ochrony prawnej instruktorów, posiadających wymagane kwalifikacje i świadectwa ustalone przez Państw. Urząd W.F. i P.W. W ten sposób zapewni sobie P.U.W.F. wpływ na związki sportowe, zabezpieczy ćwiczących

się zawodników od dyletanckich eksperymentów i stworzy kwalifikowanym instruktorom pojemny rynek pracy.

Na zakończenie pobieżnego omówienia problemu instruktorsko-wyszkoleniowego warto może zanotować charakterystyczny dla dnia dzisiejszego objaw przesileniowy i w tej komórce życia zbiorowego. Instruktorów i przodowników wych. fiz. i z poszczególnych gałęzi sportów brak jeszcze w Polsce duży, ale cenzorski ołówek oszczędnego gospodarza i w tych brakach umieści sporą liczbę bezrobotnych i półbezrobotnych. Ograniczanie produkcji fachowców, pogłębiające zasadniczy brak, nie może być lekiem celowym i rozumnym na przejściową, choćby długotrwałą chorobę.

*

Z kolei przystępuję do drugiego obszernego zagadnienia: powszechności wychowania fizycznego w Polsce. Narzucenie ustawowego obowiązku wych. fiz. tak dla ogółu obywateli, jak i dla takich czy innych organów wykonawczych ciągle jeszcze nie dojrzało dla braku wielu, a głównie materjalnych warunków, choć masa uprawiających sport pęcznieje i warunki się polepszają. Ogólną sytuację na tem polu spróbuję naszkicować, przebiegając w wielkich skrótach zasadnicze grupy, które grają tu rolę doniosłą.

Szkoły stanowią najważniejszą grupę, obejmującą okrągłe 4000000 młodzieży obojga płci. Obowiązek wychowania fizycznego tej młodzieży spoczywa w ręku Ministerstwa Wyzn. Rel. i Ośw. Publ., działającego za pośrednictwem Wydziału Wych. Fiz. i Hig. Szkolnej. Ogólna redukcja budżetowa odbiła się przedewszystkiem na ilości godzin przeznaczonych na wychowanie fizyczne w szkołach powszechnych niżej zorganizowanych i ograniczeniu opieki higjeniczno-lekarskiej w szkołach średnich i seminarjach nauczycielskich, nie tknęła pozatem groźniej szkolnictwa średniego, przyniosła nawet drobne zyski młodzieży akademickiej. Przyznać trzeba, że jeśli kompresja budżetu nie mogła oszczędzić działu wychowania fizycznego młodzieży, to żer jej w postaci godzin wyznaczonych na wych. fiz. w szkołach powsz. niżej zorganizowanych wydaje się stosunkowo najwięcej usprawiedliwiony. Jakiż jest stan tych szkół? Oto oficjalne programy nauczania kładą nacisk na gimnastykę i operują urządzoną salą gimnastyczną jako podstawą ich wykonania. W okręgu szkolnym lubelskim na okrągłe 2.000 szkół powszechnych zaledwie 25 szkół posiada sale, 74 boiska, 435 jakieś dziedzińce szkolne i 118 miejscowości posiadających szkoły, oddaje do częściowego użytku

szkół łąki. Razem więc w najlepszym razie mniejwięcej 600 szkół na 2.000 ma jakieś warunki do uprawiania wychowania fizycznego. Przykład ten jest poniekąd typowy dla wszystkich okręgów szkolnych z bardzo małemi wyjątkami. W takich warunkach wychowanie fizyczne młodzieży nie może stać na zadawalniającym poziomie i w obecnej ogólnej konjukturze widocznie podźwignąć się wgórę. Faktycznie jednak jest nieco lepiej, niżby z warunków wnioskować należało. Konieczna zmiana programów, przystosowanych do życiowych warunków jest tematem opracowań w związku z całem zagadnieniem programowem jako skutku reformy ustrojowej szkolnictwa. Tymczasem instruktorowie różnego typu uczą nauczycielstwo szkół powszechnych sposobów prowadzenia zajęć i ćwiczeń w warunkach życiowych t. j. takich, jakie są. W tym kierunku zdobyło się Min. W. R. i O. P. na dość duży wysiłek. Dysponuje już 3 fachowymi wizytatorami, instruktorami w każdym okręgu szkolnym, a nadto w okręgu warszawskim, częściowo łódzkim i lubelskim objazdowymi instruktorami powiatowymi. Objeżdżają oni teren, urządzają metodyczne konferencje i kursy, starając się usilnie przez podniesienie poziomu fachowego nauczycielstwa wycisnąć ze złych warunków możliwie najlepsze wyniki. Ale i na tem nie kończy się akcja dokształcania nauczycieli szkół powszechnych. W okresie wakacyjnym podnoszą sztandary kilkutygodniowe obozy i kursy przy wydatnej pomocy Państw. Urz. WF. i PW. dla tego nauczycielstwa w Kaliszu, Rudniku nad Sanem, Szczebrzeszynie, Wilnie, Wymyślinie, Pińsku. Popiera się harcerski ruch zuchowy i na kursach wyrabia nauczycieli na opiekunów i drużynowych, czem oddaje się dużą przysługę akcji wychowania fizycznego wśród dziatwy w szerszem tego słowa znaczeniu. Dążeniem jest Min. W.R. i O.P., aby w każdym powiecie zorganizować choć jedno wzorowe ognisko metodyczne dla wychowania fizycznego w szkołach powszechnych, któreby promieniowało na powiat przy sposobności miesięcznych zjazdów nauczycielstwa przez najlepszego nauczyciela i najlepiej i najbardziej celowo, a możliwie oszczędnie skompletowany warsztat pracy.

W szkolnictwie średniem ogólno-kształcącem i seminarjach nauczycielskich w zasadzie nie tknięto godzin przeznaczonych na wych. fiz., w praktyce jednak siły wyższe spowodowały tu i ówdzie ich uszczuplenie w gimnazjach przez powrót do niedawnych dwuch godzin tygodniowo. Godziny przeznaczone na popołudniowe gry i zabawy uległy raczej pozornej redukcji do 6 godzin tygodniowo wzgl. 10 (w szkołach koodukacyjnych) na zakład szkolny, faktycznie jednak

przez nakaz prowadzenia ich przez cały rok szkolny, gdy dotąd obowiązywały jedynie przez pięć miesięcy, raczej je rozszerzono. Niestety i tu spotykamy redukcje dalej idące w poszczególnych kuratorjach z przyczyn budżetowych. Wzmożono natomiast ruch wycieczkowy młodzieży, rozszerzając sieć schronisk i propagując ideę wędrownictwa z wielkim zapałem. Z uznaniem należy podnieść rozporządzenie, wprowadzające przygotowanie do zdobycia odznaki sportowej w obowiązujący program ćwiczeń szkolnych. W państwowych szkołach średnich i seminarjach nauczycielskich są wszędzie nauczyciele fachowcy i niezbędne urządzenia, w szkołach prywatnych tego typu są jeszcze poważne braki zwłaszcza w wyposażeniu materjałowem. Nauczyciele fachowcy potrzebują jednak w dalszym ciągu doszkolenia. To też szeregiem kursów w ciągu roku szkolnego i kursami wakacyjnemi w Wągrowcu i Wolsztynie wyrównuje się stopniowo ich poziom do granicy koniecznego minimum. Nie znaczy to, aby wielu z tych nauczycieli nie zastąpili po krótkim czasie praktyki z lepszemi wynikami, ostatni absolwenci studjów W. F. i Centr. Inst. W .F., ale akcja wymienna z przyczyn ustawowych i budżetowych nie może przybierać większych rozmiarów. Nowych programów ćwiczeń nie wydano jeszcze; są one w opracowaniu. Wydano natomiast przepisy gier sportowych i niezbędny poradnik w sprawie urządzeń sal gimnastycznych i boisk szkolnych. Uzupełnienie wychowania fizycznego otrzymuje młodzież szkolna w postaci przysposobienia wojskowego, licznego udziału w harcerstwie, obozów letnich i rosnącego ruchu pływackiego, wioślarskiego, narciarskiego i kolarskiego.

Wychowanie fizyczne w szkołach zawodowych ciągle jest jeszcze w powijakach. Intencją Min. W. R. i O. P. jest podnieść poziom wych. fiz. w tych szkołach do poziomu szkół średnich ogólno-kształcących. Wynika to zresztą logicznie z przesłanek nowego ustroju szkolnego. Tymczasem odbywa się badanie stanu obecnego i ustalanie zasad.

Młodzież akademicka nie przestała być dokuczliwą bolączką. Pan Minister Wyzn. Rel. i O. P. podjął się wstępnego rozwiązywania tego pilnego problemu zgodnie z uchwałą zapadłą na ostatniem posiedzeniu Rady Nauk. W. F. Zwołał on komisję wewnętrzno-ministerjalną, potem komisję międzyuczelnianą i ustanowił komisje uczelniane i międzyuczelniane dla spraw wych. fiz. młodzieży akad. we wszystkich środowiskach akademickich. Komisje te rozpoczęły działalność z wyjątkiem bardzo mało ruchliwej Komisji Warszawskiej. Pan Minister przydzielił szkołom akad. kredyty na 76 godzin

wykładów i ćwiczeń praktycznych z dziedziny wych. fiz. (przeciętnie po 16 na środowisko), na których frekwencja młodzieży, zwłaszcza słuchaczy wydziałów filozoficznych okazała się wcale duża. Pewną ilością godzin wykładów i ćwiczeń dysponują również Studja Pedagogiczne. Z opłat akademików przeznaczono większy procent, w różnych uczelniach i środowiskach akademickich różny, na cele wychowania fizycznego. Poza tem Akademickie Związki Sportowe i Legja Akademicka, jako oddział przysposobienia wojskowego, dopełniają całości. Jakkolwiek tych skromnych wyników nie należy lekceważyć, zwłaszcza że uzyskało się je w ciężkim okresie budżetowym, to jednak zdaje się nie na tej linji wyłącznie leżeć pobudzenie żywszego ruchu sportowego w szkołach akademickich. Śmiem podsunąć myśl, że państwowa odznaka sportowa nie jest jeszcze w uczelniach wyższych dostatecznie wyzyskana. Wszak możność zdobycia jej powstaje przy najskromniejszych warunkach i nie wymaga nawet przynależnosci klubowej. Gdyby posiadanie tej odznaki legitymowało narówni z dowodami przesłuchanych wykładów i przepracowanych seminarjów do prawa zasiadania do egzaminów, to i powszechność i minimum ruchu niezbędnego dla osiągnięcia dostępnej niemal dla wszystkich sprawności fizycznej byłyby w wyższym stopniu gwarantowane. Oczywiście musiałyby być wyjątki wytłumaczone przez lekarza. Jeśli Rada Naukowa Wych. Fiz. uzna słuszność tej tezy, to oficjalnie wyrażona odpowiednia opinja znalazłaby chyba oddźwięk w senatach wyższych uczelni. Siłą rzeczy Akademickie Związki Sportowe ożywiłyby się również, a przy zdolności wytworzenia właściwej atmosfery zjednałyby sobie może większą ilość stale ćwiczących i bardziej ofiarnych członków. Oczywiście nie przeczy to rozwijaniu w granicach sił równocześnie dotychczasowej akcji zapoczątkowanej przez Pana Ministra W. R. i O. P.

Drugą jakościowo i ilościowo poważną grupą w zagadnieniu powszechności, a raczej masowości ruchu wych. fiz. stanowi wojsko. Podstawę do pracy daje opracowana przez organa Państw. Urz. W. F. i P. W. w r. 1931 „Instrukcja Wych. Fiz. w Wojsku". W instrukcji tej uregulowano również sprawę szkolenia instruktorów i przodowników ćwiczeń ruchowych dla wojska, włączając do programów szkół podchorążych i podoficerskich odpowiedni program szkolenia. Ponadto wydaje Państw. Urząd WF. i PW. corocznie plany zawodow wojskowo - sportowych, opartych na konsekwentnie realizowanem dążeniu zastąpienia rywalizacji indywidualnej konkurencją zespołów i całych oddziałów. Zawody indywidualne zachowano dla

kadry zawodowej, do których stają wszyscy. Po stworzeniu podstaw narciarstwa wojskowego w formie sportu narciarskiego w wojsku przekazał Państw. Urząd WF. i PW. w bieżącym okresie całe to zagadnienie Ministerstwu Spr. Wojsk. Usportowienie armji idzie szybkiemi krokami naprzód i obejmuje zwolna niemal wszystkich. Rezerwiści są potem na wsi bardzo często pierwszymi pionierami kultury fizycznej. W propagandzie kroczą na czele dowódcy okręgów korpusów i pp. Generałowie, d-cy dywizyj, z których kilku zdobyło już złote państwowe odznaki sportowe, kilku jest w trakcie jej zdobywania. Ten ofiarny przykład dowodzi serca, z jakiem poczynania państwowe w ruchu rozbudzenia wychowania fizycznego spotkały się w armji wśród jej wysokich przedstawicieli.

Trzecią grupą, zwiększającą okazale kadry uprawiających wychowanie fizyczne i sport, są organizacje przysposobienia wojskowego. Zmieniona przed rokiem metoda szkolenia przysposobienia wojskowego kryje w sobie nowe źródła zdrowia i tężyzny fizycznej młodzieży. Ograniczono do minimum teorję i suche wykłady w zamkniętych, często dusznych salach, praktyczne zaś ćwiczenia przeniesiono w teren, gdzie uczeń zżywa się z przyrodą, ją poznaje i używa więcej ruchu i swobody. Do programów wprowadzono boks w miejsce walki na bagnety, jako sport wybitnie bojowy, rozwijający wszechstronność fizyczną i wyrabiający ducha męstwa, wytrzymałości i rycerskości. Walka na bagnety okazała się ćwiczeniem wysilającem ponad stan wieku młodego. Stawiając jako warunek ukończenia II stopnia przysp. wojsk. odbycie kursu lub obozu, zmusza Państw. Urząd WF. i PW. członków przysp. wojsk. do oderwania się od codziennych, mało sprzyjających rozwojowi fizycznemu warsztatów pracy, do wyjścia z murów miast w teren, a wyposażając grupy obozów w coraz doskonalsze odpowiadające celowi urządzenia, stwarza młodzieży, skoncentrowanej w najpiękniejszych i najzdrowszych okolicach Polski, dogodne warunki do duchowego i fizycznego mężnienia.

W grupie tej wyróżniają się Związek Strzelecki i Związek Harcerstwa Polskiego wśród młodzieży męskiej, Związek Harcerstwa Polskiego i Organizacja Przysposobienia Kobiet do Obrony Kraju wśród młodzieży żeńskiej. Związek Strzelecki i Organizacja Przysposobienia Kobiet do Obrony Kraju stanowią wielkie jednostki typowe, jeśli chodzi o cele, zadania i programy przysp. wojsk. Związek Harc. Polsk. jest organizacją do nich zbliżoną o swoistem, pełnowartościowem obliczu wychowawczem, ruchliwem współdziałaniu w ruchu sportowym, z dużym naciskiem i pięknemi wynikami, zwłaszcza

w wioślarstwie i żeglarstwie i znakomicie wystudjowanem i stałem udoskonalaniem obozownictw i wędrownictw. Pod hasłami tej organicji grupuje się obecnie przeszło 40.000 chłopców i ponad 20.000 dziewcząt. Organizacje te przyczyniają się walnie do propagandy wychowania fizycznego i sportu na codzień u swych członków.

Najistotniejszą grupą, w każdym razie najczystszą w swej formie i treści, budującą z zapału jednostek, a więc z ochotników, zręby powszechności wychowania fizycznego i sportu winni być zrzeszeni w klubach i związkach sportowych. Związek Polskich Związków Sportowych ewidencjonuje ponad 300.000 zrzeszonych. Z organizacji tej wyłamują kluby i stowarzyszenia sportowe robotnicze, grupujące się w Związek Robotniczych Stowarzyszeń Sportowych zrośnięty z organizacją polityczną P. P. S. C. K. W., bądź w Centralny Związek Robotniczych Organizacyj Sportowych, pozostający pod wpływami frakcji rewolucyjnej P. P. S., bądź wreszcie „dzikie" tworzone przez większe zakłady przemysłowe. Te ostatnie korzystają z pomocy materjalnej i technicznej ze strony dyrekcyj zakładów, popierających nieraz wydatnie istnienie tego typu stowarzyszeń w interesie własnym lub w zrozumieniu żywotnych potrzeb samych robotników. Zebranie jakichkolwiek danych cyfrowych o robotnikach-sportowcach natrafia na duże trudności. Sfera wpływów wszystkich tych organizacyj nie dociera prawie zupełnie do wsi. Terenem ich pracy są miasta i miasteczka. Stosunek P. U. WF. i PW. do stowarzyszeń i klubów wyraża się w udzielaniu ogólnych wytycznych, pomocy instruktorskiej, technicznej i finansowej. Porozumienie między Państw. Urz. WF. i PW. a Zw. Związków Sport. jest całkowite. Działania klubów, a czasem i poszczególnych związków nie są jednak wiernem odbiciem tego porozumienia. Jedną z zasadniczych przyczyn jest niepełna egzekutywa Związku Związków Sportowych w odniesieniu do poszczególnych związków i klubów. wywodząca się niemal wyłącznie z moralnego jego autorytetu. Państw. Urząd WF. i PW. widzi bardzo życzliwie dążenie Zarządu Zw. Zw. Sport. do wzmocnienia tej egzekutywy, w granicach ogólnych ją popiera i liczy na zbawienny jej wpływ na dalszy rozwój sportu zwłaszcza w kierunku jego moralnych i amatorskich podstaw. Stan pracy poszczególnych związków ulega stale częściowej zmianie na lepsze, jednak propaganda ćwiczeń cielesnych i sportów, jako elementów decydujących dla rozwoju względnie podtrzymania wszechstronnej sprawności fizycznej jest zepchnięta wtył poza specjalizację pewnych gałęzi sportów i kultywowanie sportów zawodniczo-widowiskowych. Zarząd Zw.

Zw. koncentruje wysiłki ku poprawie, wymusza rozumne uchwały, ale Związki przyczyniające się do uchwał, mało jeszcze się krępują obowiązkiem moralnym szybkiego i rzetelnego ich wykonywania. Niezręczne lub nawet szkodliwe pociągnięcia — o ile się na terenie działań poszczególnych związków zdarzają — stara się Zw. Zw. energicznie i z pełną świadomością odpowiedzialności moralnej likwidować, w czem tkwi jego godna uznania zasługa. Doba t. zw. kryzysu dokucza też związkom i klubom i nie pozwala na zataczanie szerszych kręgów w działaniu.

Poruszając sprawę zrzeszonych sportowców, wydzieliłem rozmyślnie grupę robotniczą, aby móc określić stanowisko Państw. Urz. WF. i PW. wobec zjawiska zrzeszenia się sportowców pod hasłem wspólnoty zawodowej. Zawód wykonywany przez skupione większe zbiorowiska jak praca fizyczna w wytwórniach przemysłowych, praca na roli, praca biurowa i t. p. stwarza typy ludzi, dla których różne formy ruchu, wychowania fizycznego, sportu i gier szczególnie starannie i rozumnie dobrane — mają wyjątkowe wartości dla zdrowia, samopoczucia i nawet ogólnego duchowego rozwoju. Stąd też Państw. Urz. WF. i PW. nie tylko nie przeszkadza takiemu zrzeszaniu się, ale nawet pragnąłby widzieć większą inicjatywę w tym kierunku w społeczeństwie. Inaczej jednak wyglądają te zrzeszenia, kiedy je firmują partje polityczne, dzielące sport na robotniczy, chłopski i t. p. i do życia klubowego, do fizycznych i duchowych konkurencyj sportowych dorzucają momenty polityczne, w zarodku dla spokoju świata sportowego niebezpieczne, czasem wyzywające i gdy nie chcą być reprezentowane w naczelnej polskiej organizacji sportowej. Takie zjawisko stanowiące dowód ekskluzywności i zaprzeczenia braterstwa idei należy uważać za zjawisko ze stanowiska państwowego niepożądane. Fakt, że poszczególne kluby tego autoramentu do związków państwowych należą, nie wypływa z poczucia braterstwa, lecz raczej instynktu walki, poszukującego bogatszego doświadczenia, więcej przeciwników do spotkań.

Moment narodowościowy nie daje się również ze sportu zupełnie wyeliminować. Wiele czynników składa się na to, że trzeba i musi się go szanować. Niestety i tutaj kontakt różnych narodowości zamieszkujących nasze państwo, jest ze związkami państwowemi bardzo luźny, albo wcale nie istnieje. Nie istnieje on zupełnie z wyjątkiem kilku klubów ukraińskich, jeśli chodzi o narodowości słowiańskie, które — jeśli obserwacje zewnętrzne nie mylą — nie mają się też czem w tym kierunku pochwalić i ani do sportu w czystej formie,

ani do ruchu wychowania fizycznego organizacyjnie poważniej nie przystąpiły. Organem centralnym młodzieży ukraińskiej z Małopolski Wschodniej jest „Sokił Batku", zrzeszający w sobie „Sokiły" prowincjonalne. Narodowa mniejszość niemiecka z klubami rozsianemi na terenie Poznańskiego, Śląska, Pomorza i w Łodzi, tworzy trzy organizacje, nie związane z polskiemi związkami państwowemi: „Deutsche Turnerschaft in Polen", robotnicza „Frei Turnerschaft in Polen" i młodzieżowa „Jugendkraft".

Na pierwszy plan wysuwa się z pomiędzy mniejszości narodowych organizacja żydowska „Makkabi". Związek ten podzielił całą Polskę na okręgi, pokrywające się z województwami i podokręgi. Liczy on 285 klubów z około 70.000 członków. Należy do wszechświatowej egzekutywy Makkabi. Niektóre kluby Makkabi należą do Związków sportowych polskich. Organizacja ta bardzo żywotna, utrzymująca przyzwoity stosunek do Państw. Urz. WF. i PW., osiągnęła pokaźne rezultaty pracy, zdobywając na t. z. Makkabjadzie w Palestynie pierwsze miejsce, przysparzając sobie laurów, a Polsce pod której barwami walczyła, zyskując imię bezstronnej i pieczołowitej opiekunki.

Przyszłość sportu polskiego leży głównie w rozwiązaniu problemu usportowienia wsi i usamodzielnienia ruchu sportowego kobiet. Problem ostatni pozostawiony sam sobie przy pewnym tylko systemie protekcyjnym Państw. Urz. WF. i PW. niewątpliwie pomyślnie się rozwiąże. Niepomiernie trudniejsze jest ożywienie wsi. Rozrzucona małemi grupkami ponad dwumiljonowa rzesza pozaszkolnej młodzieży wiejskiej, gdy tylko ma możność zasmakowania w grach sportowych, lgnie do tego ruchu jako miłej i pożytecznej rozrywki. Nie trzeba jej wyszukanych i kosztownych miejskich urządzeń. Ruszy z miejsca, gdy otrzyma instruktorów i sprzęt, bo pierwszych nie ma wśród siebie, a na drugie jej nie stać obecnie. Dotychczasowa produkcja instruktorów dla wsi częściowo chybiła. Wspomniałem już o środkach zaradczych, które obecnie zastosuje Państw. Urząd WF. i PW., a nadto przewidziałem w budżecie na rok obecny pierwsze obfitsze dawki sprzętu dla wiejskich ośrodków. Propagandowo wieś jest już zemocjonowana i na polu kultury fizycznej ma już nawet pierwsze sukcesy do zanotowania.

W roku sprawozdawczym 1928/29, powiedziałem, że normalną albo skróconą drogą metodycznego wychowania fizycznego obejmujemy już 1.500.000 ludności Państwa Polskiego. Niedorośli do pow-

szechności, osiągamy masowość w ruchu wych. fiz. i sportów, bo z dużem prawdopodobieństwem może już P. U. WF. i PW. ustalić 5.000.000 osób, ujętych w ewidencję jednej z wspomnianych wyżej grup. Idziemy wytrwale ku zwycięstwu.

Do propagandy wych. fiz. przyczynia się w wysokiej mierze państwowa odznaka sportowa, skonstruowana w myśl wytycznych i po sumiennej korekcie Rady Naukowej Wych. Fiz. Nie jestem w możności podać już ilości zdobytych odznak, w każdym razie jednak są dane po temu, by stwierdzić jej wielką popularność i wpływ na cały ruch sportowy. Weszła ona w program świąt wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego. Te ostatnie odbyły się w r. 1930 w 9 województwach, 222 starostwach, 110 miastach, 277 gminach; ogólno-polskie w obecności Pana Prezydenta R. P. w Spale w r. 1931 przy udziale 16.000 ćwiczących.

Zagadnieniem, któremu Państw. Urz. WF. i PW. sporo poświęca uwagi, jest kwestja opieki lekarskiej nad wych. fiz. i sportem. Organizacyjnie występuje ona w postaci lekarskich poradni sportowych przy okręgowych Ośrodkach W. F. Działalność tych poradni unormował Państw. Urząd WF. i PW. specjalnem zarządzeniem z lipca 1930 r. Nadesłane sprawozdania wykazują wprawdzie 9.167 zbadanych, w tej liczbie 5.842 osób w myśl ustalonych formularzy, reszta zbadanych dorywczo w związku z dopuszczeniem do zawodów. Badania te nie dostarczają jeszcze odpowiednio wartościowego materjału naukowego. Materjał jednak gromadzi się i zużywa według wytycznych Komisji Lekarskiej Rady Nauk. W. F. Niezadawalająca działalność poradni tłumaczy się szeregiem czynników, przedewszystkiem brakiem odpowiednich pomieszczeń, częstemi zmianami na stanowiskach kierowników poradni, skromnemi funduszami na opłatę lekarzy i brakiem zrozumienia ważności opieki lekarskiej wśród ćwiczących, jakoteż nieprzestrzeganiem przepisów, zabraniających dopuszczania do zawodów osób niezbadanych przez lekarza. Obecnie występuję do Min. Spr. Wewn. z wnioskiem o wydanie zarządzeń do wszystkich władz administracyjnych, które rejestrują statuty klubów i związków sportowych, aby nie zatwierdzały statutów, nie uwzględniających dla członków obowiązku poddawania się badaniom sportowo-lekarskim. Do Związku Zw. Sport. zwraca się Państw. Urząd WF. i PW. z apelem, aby wydał zarządzenie odpowiedniej zmiany statutów poprzednio zatwierdzonych i zakaz startowania bez zezwolenia lekarza sportowego. Konieczną jest rewizja metod badań i pomiarów lekarskich i uzgodnienie tych metod w poradniach sporto-

wo-lekarskich w C. I. W. F. i na studjach W. F. w uniwersytetach. Zajęła się tem Komisja Lekarska Rady Naukowej W. F. W ubiegłym roku wszczął P. U. WF. i PW. akcję w sprawie przygotowania lekarzy sportowych. Sprawa ta jednak natrafia na poważne trudności już to z powodu istniejącego przeciążenia zajęciami na wydziałach lekarskich, już to natury finansowej. Wyłania się konieczność kreowania nowych katedr i powiększenia godzin „zleconych", co pociąga za sobą obciążenie budżetu. Sprawę tę oddałem do zaopinjowania Rady Nauk. W. F. Przygotowanie lekarzy do prac w poradniach sportowych przeprowadza się obecnie na specjalnych kursach informacyjnych w Centr. Inst. WF. Obecnie Dep. Zdrowia M. S. Wojsk. włącza teorję wych. fiz. do programów szkoły pchor. sanit. i pchor. rez. sanit., przygotowując w ten sposób większą ilość lekarzy sportowych.

Poza pracami poradni sportowo-lekarskich ćwiczący i uprawiający sport mają zapewnioną opiekę lekarską zarówno w zakresie badań, jak i otrzymywania pomocy w razie choroby lub wypadku przez lekarzy wojskowych i samorządowych. W razie nieszczęśliwego wypadku, gdy czynności ich związane były z wykonywaniem nakazanych, względnie objętych programem obozu lub kursu ćwiczeń lub czynnościami instruktorskiemi, przysługuje im bezpłatna opieka lekarska w szpitalach wojskowych. Gdy nieszczęśliwy wypadek pociąga za sobą cięższe uszkodzenie lub utratę przynajmniej 30% zdolności zarobkowej, ćwiczący(a) ma prawo zabiegać o zaopatrzenie ze Skarbu Państwa w myśl ustawy z dn. 11 grudnia 1924 r. o zaopatrzeniu osób szczególnie zasłużonych i wyjątkowem zaopatrzeniu nie opartem na innych tytułach prawnych. Do chwili obecnej zanotowano 15 wypadków, w tem 3 śmiertelne. Wreszcie wspomnę tu o rzeczy nowej, gotowych już przepisach sanitarnych przysp. wojsk., które pozwolą przesiać kandydatów pod kątem zdatności fizycznej do przyszłej służby wojskowej, przez co element szkolony w wych. fiz. zyska na jednolitości.

Kilka słów o pracy wychowania fizycznego w ośrodkach polskich zagranicą. Działalność P. U. WF. i PW. w tym kierunku jest wypadkową ścisłego porozumienia z Min. Spraw Zagr., Urzędem Emigracyjnym i Radą Organizacyjną Polaków Zagranicą. Cała akcja skierowana jest ku zagadnieniom organizacyjnym, fachowym w dziale wych. fiz. i sportu i obywatelskim, ku wyrobieniu sił fizycznych i wyrobieniu lub urobieniu poczucia narodowego i państwowego. Popieramy również ruch harcerski i strzelecki. Praca to nad wyraz

wdzięczna i stosunkowo szybko owocująca. Wystarczy zaznaczyć, że we Francji w bardzo prędkim czasie udało się w obozach i na kursach imponujących Francuzom wyszkolić 100 instruktorów, którzy powiększą nietylko sieć ośrodków we Francji, ale zahaczą i o kolonje polskie w Belgji.

W Brazylji w ciągu kilku miesięcy w okręgu Kurytyba M. Mallet, okręgu Doliny Iguassu powiększył się stan ćwiczących w dwójnasób z 336 na 703 członków. Cyfra ta podana przykładowo nie mówi jeszcze wszystkiego. Najważniejsze, że nasz Instruktorat W. F. w Brazylji wlał nowe życie w zamierające polskie organizacje sportowe i społeczne w Brazylji, jak w wydział młodzieży „Centralnego Związku Polaków w Brazylji", w „Junaku", (odpowiednik naszego Związku Strzeleckiego), zorganizował szereg uroczystości narodowych i zawodów sportowych i wzmocnił dotąd słabe samopoczucie kolonistów polskich. Dwaj polscy instruktorzy z kraju zdobyli pełne zaufanie Polonji, ogromny szacunek i uznanie wśród brazyljan, a wyszkolone przez nich drużyny przodują w Brazylji, w sprawności marszowej są w Brazylji wręcz bezkonkurencyjne. Nic dziwnego, że praca ta znalazła pochwałę prof. Szymańskiego, b. marszałka Senatu, który wizytował kolonje polskie w Brazylji i oficjalnych dyplomatycznych naszych przedstawicieli w Brazylji.

Gdańsk i Łotwa — to tereny, gdzie dzieło naszej ekspansji sportowej ma nieobliczalne wskutkach znaczenie dla zamieszkałych tam Polaków. Nie chcąc lub nie mogąc rozjaśniać naszej pracy na różnych terenach zagranicznych wśród Polaków, ograniczam się do stwierdzenia, że często nasze działanie jest jedyną możliwą prawną formą opieki, zawsze bardzo skuteczną i przynoszącą pełne zadowolenie czynników, z którymi współpracujemy tak w kraju, jak i zagranicą. Dodam, że cała ta akcja prowadzona jest funduszami wyjątkowo małemi.

Pozycja międzynarodowa sportu polskiego jest w różnych płaszczyznach niejednakowa. Jeśli chodzi o wyniki szczytowe, a więc stopień poziomu sportowego w płaszczyźnie pionowej, to zanotować należy wielki postęp w lekkiej atletyce, boksie, strzelectwie i łucznictwie, niezaprzeczalny progres w pływaniu, grach sportowych, łyżwiarstwie i tenisie, status quo w piłce nożnej, narciarstwie, szermierce, wioślarstwie, zapaśnictwie, widoczny regres w hipice, kolarstwie i hokeju. Porównania z innemi państwami wymagałyby szczegółowych zestawień w każdej gałęzi sportu, co przekraczałoby ramy zwięzłego sprawozdania. Ogółem jesteśmy w rzędzie państw, roku-

jących zdobycie punktów na Olimpjadzie, o ile Olimpjadę weźmiemy za miernik wyników szczytowych, zatem na miejscu honorowem.

W płaszczyźnie poziomej, oceniając stopień rozwoju sportu wszerz, jako procentowy stosunek sportowców do niesportowców, nie wytrzymujemy porównania z Niemcami, Francją, Anglją, przewyższają nas też i kraje skandynawskie, Belgja, Holandja i Szwajcarja, może i Włochy.

Porównanie stanów posiadania urządzeń sportowych byłoby zaledwie przybliżone wobec nieodpowiedniej często statystyki u innych, niedokładności i u nas. Wyżej wymienione państwa wyraźnie jednak górują nad nami. Najlepiej jeszcze przedstawia się u nas stosunkowo pozycja terenów sportowych.

Sprawnością organizacyjną i poziomem ideowym nie pozwalamy się bić tak łatwo, a organizacja międzynarodowych zawodów wioślarskich w Bydgoszczy, hokejowych w Krynicy, strzeleckich we Lwowie uchodzi nawet zagranicą nietylko za wzorową, ale i dla wielu państw niedościgłą. Poziom moralny sportu polskiego, aczkolwiek i u nas nie wszystko jest w zupełnym porządku, stoi jednak znacznie wyżej niż w większości innych krajów, a pogwałcenia zasad etycznych sportu spotykają się jeszcze u nas z reakcją ostrą i żywiołową.

Winien jestem jeszcze zwięzłą wzmiankę o urządzeniach gimnastyczno-sportowych i trochę danych statystycznych. Doświadczenie kilku lat, konieczność zaciskania pasa i wdrożenie się wszystkich organów w treść praktyczną każdej inwestycji zrobiły swoje. Ambicje tworzenia wszędzie wielkich, kosztownych i pokazowych stadjonów, nie dających się zapełnić, mocno się przytarły. W formach skromnych, możliwie jednak trwałych występuje jeszcze stadjon w wielkich miastach i centralnych miastach wojewódzkich, zasadniczo tam, gdzie jest zorganizowany większy ośrodek wychowania fizycznego, jako jednostka szkolna. W ostatniem dwuleciu wzniosły lub wznoszą większe inwestycje Warszawa, Lwów, Kraków, Lublin, Grodno, Brześć n/B. i Łuck. Pozatem mimo trudności finansowych i zwężonego dopływu gotówki z Państw. Urz. WF. i PW. budują się lub już powstały bardzo liczne nowe, skromne, ale oddane już do użytku urządzenia. Natomiast szczególny nacisk położono w tym czasie na podmurówkę podstaw pod sport strzelecki, jako sport obrony narodowej, przez budowę i zasubwencjonowanie wielkiej ilości strzelnic zwłaszcza dla broni małokalibrowej. Rozbudowa strzelnicy wojskowej we Lwowie prawie w centrum miasta dokonana przy sposobności przeprowadzonych w r. 1931 międzynarodowych zawodów

strzeleckich zdobyła wiele pochwał nawet u wybrednych cudzoziemców. Dużą stosunkowo pozycję stanowi rozbudowa i wyposażenie obozów letnich w. f. i p. w.

Cała akcja inwestycyjna wchodzi w nową fazę, od chwili podjęcia przez P. U. WF. i PW. studjów normalizacyjnych. Znaczenie normalizacji złączone jest ściśle z pojęciem masowości. Ponieważ urządzenia w. f. i p. w. mają i będą miały coraz więcej masowy charakter, więc znormalizowanie ich staje się koniecznością. Jasnem jest, że normalizacja ta musi być dostatecznie giętką, zdolną do przystosowania się do różnorodnych tak technicznych, jak i gospodarczych warunków miejscowych. Załatwi ona racjonalną i oszczędną rozbudowę, z drugiej strony umożliwi Państw. Urzędowi WF. i PW. wykonywanie funkcyj kierowniczych i nadzorczych. Zaznaczam, że już dziś scentralizowanie wszystkich urządzeń czy wojska, czy szkół, czy społeczeństwa do wspólnego użytku wszystkich pod dyspozycją P. U. WF. i PW. zostało zarządzone i prawie bez przeszkód wchodzi w życie.

Dość daleko posunięte już prace normalizacyjne obejmują typy sprzętu w. f. i p. w., urządzeń stałych (boisk, sal gimnastycznych, pływalni i t. p.) i normy ilościowe urządzeń stałych w odniesieniu do ilości mieszkańców danego środowiska. Wykończenie tych prac dopiero pozwoli na wybicie stempla konsekwencji w państwowej polityce inwestycyjnej w dziedzinie wych. fiz. Jest ona o tyle bardzo wskazana, że dla zaspokojenia potrzeb kraju stosownie do programu minimalnego należałoby inwestować rocznie około 110 miljonów złotych przez 10 lat, kiedy warunki obecne i przypuszczalnie najbliższego okresu dadzą zaledwie 1/12 część tego. Potworna ta cyfra nabiera realnego znaczenia w warunkach idealnych t. j. wtedy, gdy obowiązek wych. fiz. dotyczy bezwzględnie wszystkich i wszędzie miałby mieć wszelkie warunki do urzeczywistnienia się.

Ważnym czynnikiem umożliwiającym kontrolę w terenie jest należyta statystyka urządzeń. Zadanie trudne i wymagające czasu i personelu jest jeszcze w stanie płynnym. Różne zestawienia ciągle niedokładne podlegają stałej korekcie. Nowe szczegółowe formularze statystyczne winnyby nam dać istotny obraz z minimalnemi błędami w r. 1933.

Uprzedzając cyfry, które niebawem przytoczę, podkreślić chcę znamienne zjawisko, że odrodzony ruch wych. fiz. w tęsknocie do słońca, powietrza i wolnej przestrzeni odwrócił się od sal gimnastycznych, których zastał w Polsce w rzeczywistości mało, ale stosunkowo

więcej jak zorganizowanych boisk. Odruch ten opanowała jednak racjonalizacja wych. fiz. i dziś braki w tym kierunku dokuczają powszechnie. Zwolnione lub zatrzymane tempo budowy sal gimnastycznych i hal w naszym klimacie o przesądzonem już ogromnem znaczeniu, natrafia na groźną przeszkodę w brakach funduszów. Natomiast zwrot ku basenom pływackim zauważyć można wszędzie i choć efekty w postaci basenów gotowych ciągle bardzo nikłe, postęp procentowy jest bezsporny.

Ogólny stan posiadania urządzeń gimnastyczno - sportowych przedstawia się według obecnych niedokładnych danych statystycznych następująco: boisk i placów do gier 1105, stadjonów t. j. boisk piłkarskich z bieżnią i urządzeniami lekko-atletycznemi 888, sal i hal gimnastycznych 342, pływalni 100, ogrodów Jordanowskich zewidencjonowanych 34, jest ich napewno znacznie więcej, przystani wioślarskich 91, strzelnic 492, kortów tenisowych 811, torów saneczkowych 30, skoczni narciarskich 15, torów kolarskich 17.

W dwuleciu sprawozdawczem przybyło 399 boisk i placów do gier, 257 stadjonów, 73 sal i hal gimnastycznych, 18 pływalni, 16 ogródków Jordanowskich (faktycznie znacznie więcej), 21 przystani wioślarskich, 50 strzelnic małokalibrowych, 234 kortów tenisowych, 14 torów saneczkowych, 10 skoczni narciarskich, 4 tory kolarskie.

Szczególną dumą Państw. Urz. WF. i PW. jest uruchomienie w tym okresie ośrodka żeglarstwa morskiego w Jastarni, potem w Gdyni. Zarzuciliśmy zupełnie kosztowny plan zabudowań, natomiast zaopatrzyliśmy skromny ośrodek w nader cenny sprzęt, który stanowią 4 jachty morskie, w tem dwa otrzymane w darze od sędziów i prokuratorów R. P., 3 jole, 3 bąki i 1 łódź motorową.

Wszystkie wymienione wyżej inwestycje, wzniesione w ostatnich dwuch latach, zawdzięczają swoje istnienie bądź subwencjom, bądź całkowitemu sumptowi Państw. Urz. WF. i PW. lub funduszom samorządowym inspirowanym i ogólnie kierowanym przez Urząd. Procent urządzeń zupełnie samodzielnie pod względem finansowym przeprowadzonych jest znikomy.

Dane statystyczne uzupełniam jeszcze cyframi dotyczącemi szkolenia instruktorów w C. I. W. F-ie. Wypuścił on już 62 absolwentki, 53 absolwentów cywilnych, 83 absolwentów-oficerów i 111 absolwentów- podoficerów. Obecnie szkoli 61 słuchaczek, 105 słuchaczy cywilnych, 22 oficerów i 28 podoficerów na studjach conajmniej rocznych.

Daleki jestem od przypuszczenia, że sprawozdanie niniejsze obrazuje wystarczająco całkowitą działalność Państwowego Urzędu WF. i PW. w dziedzinie wychowania fizycznego i sportu. Kilku typowo zasadniczemi kwestjami starałem się uwypuklić kierunek jego pracy i utrwalić wagę jego istnienia. Pozostaje mi jedynie zapewnić, że Państw. Urząd WF. i PW. rozumiejąc znaczenie współpracy z Radą Nauk. W. F. utrzymywał jaknajbliższe stosunki z Prezydjum Rady w osobie wiceprezesa p. gen. d-ra Roupperta oraz sekretarki ś. p. dr. Lewickiej i obecnej p. Muszałówny, jak również z wielu poszczególnymi członkami Rady, z których doświadczenia i wiedzy niejednokrotnie wydatnie i owocnie korzystał. Zdajemy sobie sprawę z tego, że ociosanie modnego i żywiołowego ruchu wychowania fizycznego i sportu z wszelkich wybujałości nienaturalnych, z jednej strony, a usankcjonowanie trwałości żywota, godności i sensu tego ruchu z drugiej strony bez udziału nauki, serca i wiary w jego moc wychowawczą nie przyjdzie.

DYSKUSJA NAD SPRAWOZDANIEM Z DZIAŁALNOŚCI PAŃSTW. URZĘDU WYCHOW. FIZYCZ. I PRZYSP. WOJSK.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Otwieram dyskusję nad sprawozdaniem i udzielam głosu p. prof. Ciechanowskiemu.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Dyskusja:

Sprawozdanie Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysp. Wojsk. jest wszechstronne i prawie wyczerpujące. Daje jasny przegląd programu, którym się Urząd kieruje, a który wyraźnie się już skrystalizował, przedstawia przejrzyście sposób wykonania tego programu i osiągnięte wyniki. Wobec tego spodziewać się należy, że i dyskusja będzie równie wyczerpująca, zwłaszcza, że sprawozdanie rozesłano wcześnie przed posiedzeniem.

Zwracając się do P. Dyrektora Urzędu z prośbą o pewne wyjaśnienia, ograniczę się do kwestyj, które mi się wydają najważniejsze, w tym porządku, w jakim sprawozdanie przedstawia cztery

główne zadania -Urzędu, mianowicie: ogólną organizację, wytworzenie kadr kierowniczych i instruktorskich, zabezpieczenie środków wykonania, wciągnięcie mas ludności do ćwiczeń. Przytem pominę sprawę właściwego przysposobienia wojskowego, jako, zdaje mi się, nie należącą do kompentencyj Rady; dotknę jej tylko o tyle, o ile wiąże się z nią wychowanie fizyczne, stanowiąc jej najbardziej zasadniczy fundament.

Ogólna organizacja, która wytrzymała próbę czasu i stopniowo się doskonali, jest i będzie z pewnością dalej w szczegółach wypracowana. Należy do nich, zdaje mi się, sprecyzowanie stosunków urzędów wych. fiz. i przysp. wojsk. niższych instancyj (okręgowych, powiatowych) do organizacji komitetowej. Proszę więc o wyjaśnienie, czy ten stosunek jest już ściśle określony rozporządzeniami Urzędu Państwowego, a jeżeli to jeszcze nie nastąpiło, o wyjaśnienie, jak się on ukształtował w praktyce, zwłaszcza co do relacyj ośrodków wychowania fizycznego do komitetów powiatowych i miejscowych. Wobec wyznaczonego komitetom wojewódzkim zadania kierowniczego i kontrolującego nasuwa się pytanie, w jakim stopniu powiodło się w okresie sprawozdawczym. Wzmocnić w tych komitetach (ale także w komitetach powiatowych) współudział fachowych znawców wychowania fizycznego, zamiast innych czynników, które mogły być pewien czas pożyteczne przez wpływ, jaki posiadają na społeczeństwo, ale do zadań obecnie nakreślonych komitetom — mniej się nadaje. Ważną też wydaje mi się rzeczą, komu komitety wojewódzkie i powiatowe powierzyły kontrolę pracy w terenie, z zakresu właściwego wychowania fizycznego poza szkołą (bo w niej kontrolują sprawę władze szkolne), zwłaszcza co do jakości, jaki jest dotychczasowy rozmach tej kontroli i tą drogą osiągnięte postępy. Przyznanie komitetom wojewódzkim pewnych środków pieniężnych, co teraz nastąpiło, daje im w ręką większą egzekutywę; dopiero jednak z następnego sprawozdania Państw. Urzędu okaże się, czy środki te — około 2500 zł. rocznie na komitet — nie są za szczupłe.

W kadrach kierowniczych odróżnić sprawozdanie kategorją wyższą t. zw. „pełnowartościową" i niższą. Trzy istniejące wyższe szkoły: Centr. Inst. Wych. Fiz. i dwa studja uniwersyteckie dostarczą zapewne kierowników wyższej kategorji w liczbie dostatecznej, o ileby wszyscy wychowańcy tych szkół pozostali w swoim zawodzie. Ale podobno wśród nich po paroletniej pracy zdarzają się dezercje ze stanowisk. Czy i w jakim stopniu to się istotnie dzieje, może mógłby wyjaśnić Wydział higjeny i wydz. wych. fiz. Ministerstwa W.R. i O.P.,

przyczem kilka cyfr objaśniających, ilu i jakimi kierownikami w. f. rozporządza szkolnictwo, a ilu dotąd brak, postawiłoby tę sprawę w jaśniejszych zarysach. Nadto byłoby, zdaje mi się, przydatne do tego sprawozdanie z działalności obu studjów uniwersyteckich, które może Państw. Urząd W. .F otrzymał, a w przyszłości zapewne włączy do swych sprawozdań. Można się obawiać, że także część wychowawców Centr. Instytutu W. F. będzie się z pracy wycofywać, a to z powodu, że ona jest cięższa i gorzej płatna, niż w innych działach nauczania. To zagadnienie już raz zajmowało Radę Naukową, wówczas jednak Ministerstwo W.R. i O.P. doszło do wniosku, że poprawie płac i ulżeniu w liczbie godzin pracy stoją w drodze pewne rozporządzenia. Prosiłbym o objaśnienie,czy w tej sprawie Państwowy Urząd podejmował dalsze kroki i z jakim wynikiem. Sądzę jednak, że nawet w razie poprawy i ulg w warunkach pracy nie uzyska się wytrwania na stanowiskach, dopóki nie wyrobi się w całym zastępie wychowańców wszystkich trzech szkół poczucia „ésprit de corps", i dokąd nie uzyska się dla nich równorzędnego moralnie stanowiska w kołach nauczycielstwa. Do wyrobienia „ésprit de corps" i do jednolitości metodycznej w kierownictwie ćwiczeń pierwszym krokiem jest porozumienie i zbliżenie się wszystkich trzech szkół, powstałe głównie dzięki P. Dyrektorowi Centr. Instytutu Wych. Fiz.; ale sądzę, że pełny wynik osiągnąć będzie można dopiero przez przyznanie wychowańcom trzech szkół podobnych prerogatyw, które są obecnie nierówne. Absolwenci bowiem studjów uniwersyteckich nie mają tych praw do nauczania, jakie mają absolwenci Centr. Instytutu, ci zaś znów nie mają dotąd możności uzyskania stopnia magistra. Ten zaś tylko stopień w dzisiejszych warunkach podniesie stanowisko kierowników wych fiz. wśród nauczycielstwa, zwłaszcza jeżeli da się połączyć z magisterjatem z innego przedmiotu nauczania, coby zarazem pozwalało zużytkować w szkolnictwie wychowawców fizycznych, do pracy w tym wyłącznie fachu wcześniej niezdolnych od nauczycieli innych przedmiotów. Dlatego sprawa uregulowania wogóle magisterjatów jest pytaniem wielkiej wagi dla programów kształcenia wyższej kategorji wychowawców fizycznych. W całej tej sprawie nasuwa się dziś jeszcze jedna kwestja wskutek świeżej reformy szkolnej, a to, jak będzie ukształtowane kierownictwo wych. fiz. w 3 wyższych klasach 7-klasowej szkoły powszechnej, zwłaszcza, czy tu znajdą się kierownicy „pełnowartościowi", z ukończonem wyższem studjum, czy też tylko nauczyciele z t. zw. kursami dopełniającemi z wych. fiz, co trudno uznać za wystarczające.

W sprawie kształcenia wychowawców fizycznych „pełnowartościowych" budzi też troskę szczupłość budżetów obu studjów uniwersyteckich, z których krakowskie nie ma nawet zapewnionego stalszego pomieszczenia. Temu mogłyby zaradzić nawet w granicach obecnych, uszczuplonych kredytów na wychowanie fizyczne pewne przesunięcie, a co do pomieszczeń w Krakowie — pomoc władz wojskowych.

Co do instruktorów niższej kategorji prosiłbym o wyjaśnienie określenia „kontraktowa i honorowa kadra p. w." (str. 9 sprawozdania) — i nie pytając o jej liczebność, bo to może nie nadaje się do wyjaśnień — prosiłbym o wiadomość, czy można liczyć na należyte kwalifikacje tej kadry także w zakresie właściwego wychowania fizycznego, które — powtarzam — uważam za najgłówniejszy fundament wszelkiej innej pracy. Chcę zaś mocno podkreślić, że w mojem przynajmniej rozumieniu, zadanie nie kończy się ani w przysposobieniu obozowem, ani w zakresie innych celów, na wychowaniu fizycznem młodzieży,, ale że równie ważne, lub nawet ważniejsze, jest podtrzymanie nabytej sprawności fizycznej w latach męskich całej ludności. Stąd wielka waga kwestji tych podinstruktorów, i dezercji zbyt wielkiej ich liczby z pracy ideowej, oraz pytanie, czy tej dezercji nie możnaby zmniejszyć jeszcze środkami, prócz nowej instrukcji i państwowej odznaki sportowej. Sprawę warunków tej odznaki w stosunku do innych odznak sportowych poruszę w odpowiednim punkcie porządku dziennego. Jak zapatrywałby się Państw. Urząd na wprowadzanie zobowiązania się do odsłużenia pewnego okresu w zamian za przebytą naukę na kursach (co zresztą powinnoby dołączyć i stypendystom Centr. Instytutu ewentualnie studjów uniw.) i za zapewnienie im z drugiej strony pewnych przywilejów?

Niezmiernej wagi jest zapewniane uregulowanie świadectw dla instruktorów; czy będzie ono złączone z rewizją kwalifikacji przez odpowiednie egzamina dodatkowe instruktorów już teraz mających świadectwa?

W sprawie nadzoru lekarskiego, który łączy się z zagadnieniami kierownictwa, pozwoliłbym sobie do uwag Państw. Urzędu dodać tylko życzenie, aby liczba godzin pracy lekarzy szkolnych, ściśle przecie związana z lekarską opieką nad wychowaniem fizycznem, została przywrócona do dawnej wysokości. A może Rada raczy uchwalić taką prośbę do Pana Ministra W.R. i O.P.

Trzecie główne zadanie, jakiem jest zabezpieczenie środków wykonania programu wychowania fizycznego, obecnie w jednym t. j. kie-

runku inwestycyjnym ograniczone wskutek powszechnego kryzysu ekonomicznego, nasuwa jednak pytanie w innych kierunkach. W szkolnictwie średniem uszczuplono wymiar godzin wychowania fizycznego, powracając niestety do dawnych, niewystarczających dwu godzin tygodniowo. Nasuwa się więc pytanie, dlaczego tak się stało i czy niema środków na to? Również, czy nakaz gier i zabaw przez cały rok szkolny, mający skompensować redukcję ich w lecie, jest wykonany i w jaki sposób, — może nawet, czy wogóle okazał się wykonalny? Pewną rekompensatę za te ograniczenia, które oby jak najrychlej mogły ustać, byłaby może istotna kwalifikacja wychowawców fizycznych, umiejętniej wyzyskujących uszczuplony czas od wychowawców nie dość fachowych, cierpianych niejako tylko do czasu. Dlaczego jednak nie można ich zastąpić lepszymi, z jakich „przyczyn ustawowych i budżetowych" i czy te przyczyny nie dałyby się usunąć? Płace przecież chyba się nie zmienią, jeżeli na stanowiska płatne tak jak fachowcom, wejdą istotnie fachowcy zamiast pół-dyletantów.

Wyzyskanie Państwowej Odznaki Sportowej w szkołach wyższych możeby istotnie mogło zmniejszyć tam braki wychowania fizycznego, jednakże zdaje mi się, że wobec wielkiej biedy młodzieży akademickiej i wielkiego obciążenia pracą zagadnienie to musiałoby być nadzwyczaj skrupulatnie i wszechstronnie rozważone, zanimby się ją związało z prawami składania egzaminów. Przytem nasuwa się pytanie, czy mimo wszystko ta koncepcja usunęłaby z porządku dziennego kwestję dostatecznej liczby instruktorów, a po części dostarczenia sprzętu i miejsca do ćwiczeń?

Co do postępu w środkach technicznych — sale, hale, boiska, sprzęt i t. d. — bardzo pocieszającego mimo trudnych warunków, — wartoby dla orjentacji Rady podać choćby przybliżone porównanie z innemi państwami.

Za najważniejszą część sprawozdania Państw. Urzędu uważać należy ustępy o osiągniętych przez kilkoletnią pracę wynikach wśród *mas* ludności. Odniosłem wrażenie, że wyniki te nietylko odpowiadają wyłożonym dotąd funduszom i wielkiej pracy Państw. Urzędu, ale poniekąd nawet przewyższają oczekiwania.

Czy jednak liczby podane na str. 17 sprawozdania, a określające *ilość* ćwiczących fizycznie, nie są trochę za optymistyczne? Mogłoby to wyjaśnić cyfrowe zestawienie poszczególnych pozycyj, które się na te sumy składają. „Idziemy niewątpliwie ku zwycięstwu", jak słusznie to określa sprawozdanie. Jak daleko jednak od niego

jesteśmy, t. j. jaką cyfrę uważałby Państw. Urząd za wyraz dostatecznego postępu ruchu wychowania fizycznego „wszerz", ilościowo? Myślę, że możnaby to określić na zasadzie statystyki ludności, przyjmując wedle szablonu przeciętną 5 osobową rodzinę z dwojgiem dorosłych i jakąś cyfrę młodzieży, mogącej już wchodzić w rachubę, co da się określić według struktury klas ludności w pewnych latach życia.

Trudniej i później dopiero da się określić *jakość* osiągniętych wyników, co do młodzieży — z pomocą miernika wych. fiz., co do ludności dorosłej — zapomocą Państw. Odznaki Sportowej, gdy się ona dostatecznie spopularyzuje i rozpowszechni. Natomiast nasuwa się pytanie, w jakim stopniu i czy wogóle mają wartość próby oceny tej jakości wyników przez udział w zawodach sportowych międzynarodowych, zwłaszcza w Olimpjadach? Czy palmy zwycięstwa, zdobywane tam przez jednostki, w jakikolwiek sposób dają miarę sprawności *masy* ludności, a o tę przecież nam chodzi? Czy stawanie wogóle do zawodów, bez sprawdzenia, czy w kraju osiągnięto „maximum" zagraniczne (znane z prasy) ma jakikolwiek cel i czy duży na to wydatek nie jest nieproduktywny, a czy kredyt ten na wych. fiz. nie byłoby lepiej przesunąć go na inne cele?

Zagadnienia wychowania fiz. mniejszości narodowych i sprawa zrzeszeń sportowych na tle politycznem są niezmiernej wagi, ale jako polityczne nie należą zdaje mi się do naszej dyskusji. Natomiast bliższa, a mniej polityczna jest sprawa naszej emigracji. W sprawozdaniu Państw. Urzędu nie jest wymieniona kilkomiljonowa kolonja polska w Stanach północnej Ameryki. Czy tam nie mamy żadnych zadań, czy też tylko nie możemy narazie niemi się zająć? Z mniejszych grup nasuwałoby się pytanie co do emigracji w Danji, a może i w Chinach (Charbin).

W końcu jedno jeszcze zagadnienie wyrosło równolegle ze spopularyzowaniem się ćwiczeń fizycznych, a przynajmniej pewnych typów „sportu". Jest niem sprawa sportu widowiskowo-profesjonalnego. (Profesjonalizm grasuje i w Polsce, choć w postaci utajonej). Wprawdzie jemu w bardzo wielkiej części przyznać trzeba właśnie spopularyzowanie się sportów i istotne już przesiąknięcie tą ideą społeczeństwa. Ale społeczeństwo nastawiło się w dużym stopniu w kierunku fałszywym , jakiejś manji rekordów i stanowisko Państw. Urzędu w tej sprawie jest tu najzupełniej zgodne z zapatrywaniami tej grupy Rady, do której należę. Ten kierunek myśli coraz wyraźniej przenika w młodzież; słychać skargi, że jej interes skupia się

teraz zanadto około różnych „asów" sportowych i sportu widowiskowego, że poza tem (prócz kinoteatru i części programów radja) nie zajmują jej ani kwestje intelektualne, ani artystyczne, ani obywatelskie — państwowe, ani społeczne. Z luźnych skarg trudno wysnuwać wnioski; ale może Ministerstwo W.R. i O.P., trzymające rękę na tętnie ruchu młodzieży, wyjaśni, jak ta sprawa w istocie wygląda, czy i jakie potrzebne byłyby środki zaradcze i o ile leżą one w zakresie tych czynników, którym leży na sercu zdrowy kierunek wychowania fizycznego i należyte jego ustosunkowanie się do całego problemu wychowania fizycznego, a które to czynniki tu właśnie są reprezentowane.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Panie Marszałku, Panowie Ministrowie, Wysoka Rado!

Mając przed sobą tak wyczerpujące sprawozdanie z działalności P.U.W.F. i P.W. oraz wszechstronne omówienie tego sprawozdania przez p. Prof. Ciechanowskiego, jestem ogromnie odciążony ze swego obowiązku mówcy dyskusyjnego, tembardziej, że i p. Dyrektor P.U.W.F. i p. prof. Ciechanowski zupełnie — albo prawie w całości — zgadzają się we wszystkich punktach, które poruszali. Rozwałkowywanie niektórych spraw — mojem zdaniem — byłoby zabieraniem cennego czasu Szanownej Radzie. Ograniczę się tylko do wybrania pewnych punktów, które wydają mi się zasługujące na specjalne podkreślenie, a być może, że wymagają też zajęcia oficjalnego stanowiska ze strony Rady.

Na stronie 11 sprawozdania p. Dyrektora znajdą państwo informację, którą podkreślił również p. prof. Ciechanowski w swem przemówieniu. Jest tam mowa o pewnej redukcji gier i zabaw. Ale — chociaż nigdzie materjału drukowanego w tej mierze nie znalazłem, można stwierdzić, że są redukcje gorsze jeszcze, sięgające w niektórych kuratorjach także po trzecią godzinę ćwiczeń cielesnych w tygodniu, którą niedawno zdobyliśmy i co uważaliśmy za olbrzymi sukces. Uważałem tę trzecią godzinę, jako zdobycz symbolicznego znaczenia, jako pierwsze postawienie nogi na jakiejś małej platformie. Istotnie, zdaje mi się, że prof. Ciechanowski słusznie się żalił, że nie rozumie skąd się wzięło skreślenie tej trzeciej godziny, skoro niema ani podstawy prawnej ani rzeczowej.

Sądziłbym, że to jest tak ważna sprawa, iż nadawałaby się do ujęcia w rezolucji. Proponowałbym takie brzmienie:

Rada Naukowa Wychowania Fizycznego wyraża przekonanie, że trzecia godzina ćwiczeń cielesnych w tygodniu, uzyskana niedawno, nie powinna paść ofiarą skreśleń budżetowych".

W sąsiedztwie tej sprawy, na str. 12 i 13 sprawozdania znajduje się ustęp, w którym Dyrektor wypowiada od siebie propozycję w sprawie ćwiczeń cielesnych i wychowania fizycznego młodzieży akademickiej. Jestem zupełnie tego samego zdania, jakie już wyraził p. prof. Ciechanowski, że ta reforma, do jakiej zdąża p. Dyrektor, jest zupełnie racjonalna, punkt zaczepienia jest dobry. Z takiego punktu zaczepienia trzeba wyruszyć, t. zn. z tej P.O.S. Jednakże, gdybyśmy ją chcieli zrealizować już w przyszłym roku akademickim, to natknęlibyśmy się na trudności nie do przezwyciężenia, i to nietylko dlatego, że jeszcze środowisko akademickie, a zwłaszcza ciało profesorskie tych rzeczy nie zgłębiło i nie znajdzie się wśród nich należytego zrozumienia dla tej sprawy, lecz także z tego powodu, że nie starczyłoby ani boisk ani sił instruktorskich i zamało byłoby pieniędzy na opłacenie tych wszystkich potrzeb. Dlatego też sądzę, że te rzeczy trzeba narazie wdrażać, przygotowywać, biorąc za punkt wyjścia P.O.S.

Projektuję następujące rezolucje:

1) Rada Naukowa Wychowania Fizycznego wyraża przekonanie, że uczynienie P.O.S. obowiązkową w szkolnictwie wyższem winno się stać rzeczywistością w ciągu lat najbliższych.

2) Rada Naukowa uważa za wskazane już w najbliższym roku akademickim zezwolić senatom szkół wyższych na wprowadzenie skromnych opłat od studentów, korzystających z wychowania fizycznego i zapomocą komisyj uczelnianych rozwinąć propagandę za obowiązkiem zdobycia P.O.S. przez członków A.Z.S., korporacyj i innych zrzeszeń studenckich oraz przez profesorów, docentów i asystentów.

Sądzę, że Pan Marszałek pozwoli, ażebym to teraz uzasadnił. Chciałbym postawić tu kropkę nad *i*. Proponuję udzielenie senatom szkół wyższych zezwolenia na wprowadzenie skromnych opłat dla tych studentów, którzy korzystają albo chcą korzystać z wychowania fizycznego młodzieży akademickiej. To był punkt, który na pierwszej naszej i jedynej konferencji międzyuczelnianej, która odbyła się w Ministerstwie W.R. i O.P. rok temu czy dwa, nie uzyskał większości. Obecnie nie można iść tak daleko, jak propono-

wał wtedy Poznań, zdaje się, że Kraków i bodaj jeszcze jakieś środowisko, ażeby obciążyć każdego studenta, bez względu na to, czy bierze udział w ćwiczeniach czy nie, pewnym małym dodatkiem do taksy. Wydaje mi się, że dałoby się przeprowadzić to w łagodniejszej formie, t. zn. obciążyć tem tylko korzystających w wysokości, dajmy na to, 2 zł. na trymestr. Gros studentów, to są kandydaci do egzaminów pedagogicznych, które (rozporządzenie ministerjalne z r. 1924 — jeśli się nie mylę) zobowiązują ich do wykazania pewnej sprawności fizycznej. Dlatego też uczęszczają oni na ćwiczenia i z tego względu bardzo chętnie opłaty te uiszczą. Na poznańskie stosunki będziemy mieli o 50% więcej możliwości rozszerzenia kadr ćwiczących. Teraz mamy 200 osób, a moglibyśmy posiadać 300.

Znaczne rozszerzenia możemy uzyskać za pośrednictwem propogandy, która mojem zdaniem, musi rozpocząć się przedewszystkiem od A.Z.S.-ów. Jaki jest dzisiaj stan tych rzeczy? A.Z.S. nie rozumie odznaki sportowej. A.Z.S. nie zabrał się do jej uzyskania. Na tym punkcie A.Z.S. wykazuje braki. Dotychczas A.Z.S. przeważnie idzie w kierunku widowiskowego sportu. Trzeba zacząć od tego, ażeby w A.Z.S. uchwalono obowiązek zdobycia odznaki w ciągu pierwszego roku po zapisaniu się do towarzystwa. Wspomniałem tutaj również o korporacjach, albowiem są one szkołą karności i jeśli uchwalą, że P.O.S. trzeba zdobyć, to stanie się to silną ostrogą, która tę rzecz upowszechni. Mówiłem również o propagandzie wśród profesorów młodszych, wśród docentów i asystentów, sądzę bowiem, że jeśli niektórzy panowie dowódcy dywizji, generałowie, zdobywali lub zdobywają odznakę sportową, to niema racji, ażeby młodsi profesorowie naszych szkół wyższych nie stanęli do apelu, jeśli zwróci się do nich minister. Komisja Wychowania Fizycznego młodzieży akademickiej w każdem środowisku powinna być tem ciałem, uprawiającem propagandę wśród akademików. Wtedy w ciągu kilku lat następnych będziemy mogli spełnić wniosek bardzo racjonalny p. Dyrektora Państw. Urzędu W. F. co do obowiązkowego posiadania P.O.S. w uczelniach wyższych. Przedwczesne stworzenie obowiązku, nieprzygotowany należycie teren i środowisko przeszkadzać będzie potem w pracy. Mamy na to dowód, m. in. także i u nas, na terenie wych. fizycznego młodzieży akademickiej. Ponieważ to jest obowiązkiem dla niektórych kategoryj, mianowicie dla przyszłych nauczycieli szkół średnich, więc wytwarza się wśród nich nieprzychylny nastrój, nastrój odrabiania pańszczyzny, który my musimy z wielkim trudem zmieniać na lepsze.

Mnie się zdaje, że przeprowadzenie tej opłaty będzie o tyle lepsze, że nareszcie otrzymamy młodzież ewentualnie z innych fakultetów zupełnie ochotną, bo dotychczas studenci zmuszani do ćwiczeń — oddawali się temu tylko przed egzaminami. Wiadomem jest, że człowiek pracujący pod przymusem, wykonuje obowiązek zawsze w sposób niedbały. Wydaje mi się, że taką akcję przygotowawczą należy zapoczątkować tutaj na Radzie Naukowej.

Wizytator WALERJAN SIKORSKI:

Praca nad wychowaniem fizycznem dzięki działalności Państwowego Urzędu P.W. i W.F. głównie poza szkołą, oraz dzięki działalności Min. W.R. i O.P. w szkołach, dała w miastach poważne rezultaty. Również poważne wyniki osiągnięto w pracy nad przysposobieniem wojskowem. Słabiej znacznie przedstawia się ta akcja na wsi. Wprawdzie działają tu instruktorzy p. w. w zakresie przysposobienia wojskowego, wprawdzie dobrymi propagatorami wychowania fizycznego są działający po wsiach byli wojskowi, którzy zapoznali się z ćwiczeniami gimnastycznemi i sportem, jednak, naogół wziąwszy, postęp jest zamało widoczny, nie jest ogólny, a to z tego powodu, że brak jest ciągłości pracy. Instruktorzy przyjeżdżają od czasu do czasu, a tymczasem winien być taki czynnik na miejscu. Tym który stale znajduje się na miejscu — jest nauczyciel szkoły powszechnej.

Jest to teren, który należy zdobyć dla wychowania fizycznego. Środki, jakie posiadamy, są niewystarczające. Posiadamy wprawdzie instruktorów wychowania fizycznego, jednakowoż taki instruktor działa w 2000 szkół. Konieczny jest w tym wypadku jakiś pośrednik pomiędzy nim a szkołami. Takimi pośrednikami powinni być instruktorzy powiatowi, o których mówił tu dyrektor Państw. Urz. W.F. i P.W.

Jednakowoż instytucja tych instruktorów powiatowych nie jest ogólna. Oni istnieją tylko na terenie okręgu szkolnego warszawskiego, częściowo na terenie okręgu łódzkiego, lubelskiego, a w ostatnich czasach pojawiają się i na terytorjum poznańskiem. Tu należałoby przyjść z pewną wyraźną pomocą, ponieważ jest to czynnik niezmiernie ważnego znaczenia.

Pomiędzy Min. W.R. i O.P. i Min. Spr. Wewn. a Państw. Urz. W.F. i P.W. istnieje w tych sprawach stały kontakt, również w kuratorjach i w okręgowych urzędach mamy porozumienie, i tak samo

kontakt taki powinien być pomiędzy instruktorami powiatowymi i instruktorami szkolnymi. Kontaktu tego niema, albo — nie jest dość silny, dlatego, że instruktorzy powiatowi, jak dziś, nie mają w tym kierunku potrzebnych wiadomości. Wobec tego jest jedno wyjście, a mianowicie: stworzyć instytucję instruktorów powiatowych, którzyby byli w stałym kontakcie z komendantami powiatowymi, a wtedy praca poszłaby raźniej. Naturalnie, instruktorzy powiatowi powinni się zająć również i organizacją i propagandą wychowania fizycznego wśród młodzieży pozaszkolnej. Wniosek mój brzmiałby tak:

„Ze względu na propagandę i organizację wychowania fizycznego po wsiach wśród dziatwy i młodzieży szkolnej i pozaszkolnej, konieczną jest instytucja instruktorów powiatowych we wszystkich powiatach.

Instruktorami byliby ci nauczyciele szkół powszechnych, którzy ukończyli W.K.N. (gr. V), lub ci absolwenci C.I.W.F. i studjów W.F., którzyby się na to stanowisko specjalnie nadawali.

Do obowiązków instruktorów powiatowych przy inspektoratach szkolnych należałaby również społeczna praca na polu wychowania fizycznego nad młodzieżą pozaszkolną".

Wizytator — ZYGMUNT WYROBEK:

Nie będę poruszał spraw już omówionych. Poruszę rzecz ogólniejszej natury, pragnąc zwrócić się z pewnym apelem do Rady Naukowej, a opierać się będę na sprawozdaniu Państw. Urzędu, które jest ujęte w sposób jasny i które w sposób nadzwyczaj objektywny podnosi ogrom prac, przez Państw. Urząd dokonanych oraz tych których nie dokonał, ale które zamierza zrealizować.

Opieram się na str. 10 sprawozdania, gdzie jest mowa m. in. o tem, że redukcja budżetowa odbiła się na liczbie godzin przeznaczonych na wychowanie fizyczne i na ograniczenie opieki.

Panie Marszałku, Szanowna Rado! Jeżeli oceniamy potrzebę opieki w dziedzinie wychowania fizycznego nad rozwijającą się młodzieżą, to przyznać trzeba, że najwięcej opieki wymaga dziecko. Dziecko, które wchodzi w mury szkolne, zostaje wprost ujarzmione, wytrącone z dotychczasowego trybu życia, swobody ruchów, pozostawienia samemu sobie. Dziecko takie zostaje zdyscyplinowane, musi słuchać przedmiotów, do których narazie zainteresowania zupełnie nie ma, bo jego zainteresowania idą w innym kierunku. Na-

stępstwa tego ujarzmienia są fatalne, bo, jak wykazują statystyki powodują osłabienie ustroju, ogromne zmniejszenie odporności na wszelkiego rodzaju choroby, rozmaite anomalja w budowie. Tu, w pierwszych latach nauki, trzeba szukać źródeł większej części tych anomalij i braków, które spotykamy. O wiele więcej byłaby potrzebna opieka profilaktyczna i to tem więcej na nią uwagi należy poświęcić, im młodsze jest dziecko.

Drugim celem tej opieki byłoby nietylko usunięcie ujemnych wpływów, jakie wywierają mury szkolne na dziecko, ale również danie dziecku pewnej dozy rozrostu. Problemu tego nie rozwiążemy salami gimnastycznemi, a tylko nowoczesnemi metodami wychowania fizycznego. Wielu pedagogów szkół powszechnych popełnia wprost zbrodnię na dzieciach przez to, że godziny przeznaczone na wychowanie fizyczne uszczupla pod rozmaitemi pozorami, poświęcając je na inne przedmioty, i to mimo wyraźnych w tym kierunku rozporządzeń władz szkolnych.

Dotychczas szkoła powszechna szczególniej w tych najpierwszych latach nauczania była pod tym względem ugorem. Ministerstwo Oświaty zdawało sobie sprawę z tego. I tu muszę podkreślić ten pęd, jaki zdradzał wydział wychowania fizycznego M.W.R. i O.P. Tworzył on szereg kursów we wszystkich okręgach, kursów, które bynajmniej nie obciążały budżetu. Muszę tu podkreślić zapał i pęd, jaki wykazało nauczycielstwo szkół powszechnych w kierunku dokształcania się, z jaką radością przyjęło te kursy. Nie znalazł się ani jeden nauczyciel w powiecie, któryby odmówił wzięcia udziału w nich. O tem dlatego mówię, że jeżeli nie możemy uniknąć redukcyj w dziedzinie wychowania fizycznego, to nie wolno tego zrobić w tych młodszych w latach. Chłopiec starszy znajdzie dość sposobności do wyładowania swej energji, dziecko tej możności nie ma.

Drugą rzeczą byłoby wywołanie orzeczenia Rady Naukowej, że troska o dziecko powinna być dominująca i największa i to tem większa, im jest ono młodsze.. Ten mały dzieciak, skrępowany fałszywie ujętemi pojęciami tego, co wypada, a czego nie wolno, winien mieć jaknajwiększą opiekę. Jeśli Rada Naukowa stworzyła placówki do badania naukowego wychowania fizycznego i ogranicza się w zupełności do dorosłych i do starszych dzieci, niechże powstanie jakaś specjalna sekcja, która się zajmie wychowaniem fizycznem dziecka.

Jest jeszcze inna kwetsja, w której opieram się na stronie 12-tej sprawozdania Państw. Urz. W.F. i P.W. My, wszyscy dorośli, mamy dziwną tęsknotę do przebywania na łonie przyrody. Gdy się to uda,

to się wprost czujemy, jak dzieci. Ta tęsknota objawia się tem wybitniej, im więcej jest to dla nas niedostępne.To są takie wpływy, które bardzo głęboko w duszę dziecka wnikają. Wraz z tem przenika w dziecko umiłowanie własnego ludu, własnej flory i fauny, umiłowanie zabytków własnej kultury, coraz szersze kręgi zatacza umiłowanie polskiego wschodu i zachodu słońca, a więc wszystkiego tego, co razem można ująć pojęciem umiłowania ojczyzny. Czyż państwu może nie zależeć na tych głębokich przeżyciach? Otóż, jeżeli państwo podkreśla z takim naciskiem, że pójście w teren ma taki głęboki wpływ na dziecko, to dlaczego kwestja terenu jest na dalszym planie? Mamy cały szereg ćwiczeń, które tak niezatarte ślady pozostawiają w duszy i w charakterze dziecka i które wywierają niezmiernie korzystny wpływ: jest w nich czyn, który wychodzi z inicjatywy dziecka, w którym mamy wytrwałość, wolę i szereg innych zalet i walorów, jakie dziecko w nim przejawia. Położenie nacisku na tego rodzaju ćwiczenia w programach, które teraz będą przedmiotem reformy, powinno być wysunięte na czoło.

Programy nauki winny obejmować wszystkie zagadnienia, rozwiązujące szereg problemów orjentacyjnych, kartograficznych, badania terenu, wreszcie zżycia się z przyrodą, co urabia chłopca na przyszłego znakomitego żołnierza, któremu teren ojczysty jest znany, a przez to i teren obcy w razie potrzeby nie będzie obcy. To jest ta druga rzecz zasadnicza, którą chciałem podkreślić.

Wiz. HELENA OLSZEWSKA:

Panie Marszałku, Wysoka Rado! Pragnęłam mówić na końcu dlatego, że chcę zgłosić wniosek konkretny w tej sprawie, którą poruszył przedmówca. Brzmi on, jak następuje:

„Stwierdzając fakt, że przy znacznej rozbudowie stanu wychowania fizycznego w Polsce zostało dużo więcej zrobione dla społeczeństwa dorosłego niż dla dziatwy i młodzieży, jednocześnie stojąc na stanowisku, że rozpowszechnione wychowanie fizyczne, mające być podwaliną istotnej siły państwowo twórczej, musi rozpoczynać się na najniższym szczeblu wieku dziecięcego i musi być konsekwentnie przeprowadzane aż do okresu zupełnej dojrzałości, proponuję *powołanie specjalnej Komisji do spraw Wychowania Fizycznego dziatwy i młodzieży.*

Komisja ta ma na celu zebranie szczegółowych danych dotyczących warunków i metod prowadzenia wychowania fizycznego

wśród dziatwy okresu przedszkolnego, szkolnego i młodzieży pozaszkolnej.

Na podstawie zebranych materjałów Komisja opracuje szczegółowy projekt rozbudowy wych. fizycznego i czynić będzie kroki w celu stopniowego realizowania go. W pracach swych Komisja pozostawać będzie w ścisłym kontakcie z Ministerstwem Oświecenia, będzie jego organem pomocniczym wspomagając fachową wiedzą wszelkie prace dotyczące wychowania fizycznego młodzieży i dziatwy.

Wewnątrz Rady Naukowej, Komisja W. F. młodzieży i dzieci ściśle współpracować powinna z Kom. Miernika.

Członkami Komisji muszą być ludzie obeznani z dziedziną pracy wychowawczej i organizacyjnej — w tym celu poza członkami Rady Naukowej do Komisji wejść muszą przedstawiciele Ministerstwa Oświecenia oraz przedstawiciele Państwowego Urzędu W.F.

O ile proponowana Komisja zostanie do życia powołana to otrzyma jednocześnie od plenarnego zebrania Rady Naukowej dyrektywę szybkiego, a dokładnego działania. Na pierwsze zebranie Komisji zgłaszam referat o obecnym stanie wych. fiz. dziatwy i młodzieży w Polsce.

Płk. dypl. JULJUSZ ULRYCH:

Jeżeli chodzi o P. O. S., projekt, wysuwany przez dyrektora P. U. W. F. i P. W., to sądzę, że droga, po jakiej moglibyśmy pójść — jest ta sama, po której kroczymy do chwili obecnej w dziedzinie wychowania fiz. wogóle. Panowie pamiętają, że na jednem z pierwszych posiedzeń Rady, idąc za radą Pana Marszałka, odsunęliśmy na dalszą metę sprawę ustawy o powszechnem wychowaniu fizycznem w Polsce, albowiem stanęliśmy na stanowisku, że stopień rozwoju fizycznego dojdzie w kraju prędzej czy później do tego, że zaistnieją takie fakty, które niewątpliwie same przez się będą ucieleśnieniem ustawy. Sądzę, że taka sama sytuacja jest z P. O. S. na terenie wyższych uczelni. Mojem zdaniem, zagadnienie to nie leży na terenie akademickim, lecz na terenie szkół średnich. Jeśli bowiem szkoły średnie będą wychowywały dziewczęta i chłopców o pewnym patrjotyźmie dla tej odznaki, to nie ulega kwestji, że za lat kilka akademik, którvby tej odznaki nie posiadał, stanie się unikatem. Maszerować obecnie drogą, którą radzi nam wybrać prof. Piasecki, nie jest właściwe. Państwowa Odznaka Strzelecka przyjęła się szeroko w naszym kraju. Dziś ty-

siączne już szeregi młodego pokolenia zdobyły te oznaki, i bronzowe i srebrne, sporo też jest i złotych. Ta sama droga będzie najlepsza dla P. O. S. na terenie akademickim. W dzisiejszym stanie rzeczy bardzo mało możemy uczynić na samym terenie akademickim, gdyż należałoby poczynić wielkie wkłady pieniężne. Sprawa ta będzie kwestją najbliższych lat. Chyba się nie mylę, że jest to bodaj nasze ogólne przekonanie, iż to pokolenie, które dziś uczęszcza do klasy szóstej, siódmej — nie mówiąc o piątej, czwartej i t. d. — zupełnie inaczej wygląda w zakresie wychowania fizycznego i sportu, niż to, które kończy uniwersytet.

Następnem zagadnieniem będzie sprawa sportu. Już piąty rok przewodniczę Związkowi Pol. Związków Sportowych i z tego tytułu jestem zmuszony odpowiedzieć p. prof. Ciechanowskiemu. Ze sportem jest u nas tak: nie wiem, czy jest kraj, w którymby współpraca wychowania fizycznego z organizacjami sportowemi była lepiej i mocniej zespolona, niż w Polsce. Mogę dziś zaryzykować twierdzenie, że sport jest poprostu przesiąknięty, naszpikowany zasadami wychowania fizycznego, oczywiście tego, które dla szerokich tłumów naszych sportowców jest dostępne. Przesada jest możliwa po jednej i po drugiej stronie. Ostatnio zawodnicy powiadają mi, że jeśli badanie lekarskie nadal będzie się przedstawiało tak, jak wygląda dzisiaj, to oni bezwzględnie takim wiwisekcjom poddawać się nie będą, bo to jest męczarnia. Oni są męczeni, jak króliki po 2—3 godziny. Poddaje się ich takim dzikim historjom, jakich nigdy przeciętny śmiertelnik nie przechodzi. Po tych próbach wychodzi zawodnik zupełnie mokry i „skończony". Wysoki świat lekarski musi to bodaj uprościć i uporządkować, Panie Marszałku. Z drugiej strony, jeśli chodzi o to, co prof. Ciechanowski nazywa przesadą, t. zn. rekordomanja, to przecież nie każda artystka filmowa jest przeznaczona na Marlenę, nie każdy sportowiec predestynowany na Kusocińskiego. Ale w każdym bądź razie ci pierwszorzędni biegacze są do tego powołani, żeby sobie łamali kark. Co z nimi zrobić, jeżeli ktoś chce prędzej biegać, wyżej skakać i t. d. Przecież my na to nie mamy żadnej rady. Stwierdzam, że przeciętne masy ustosunkowują się tak, jak nakazuje P.O.S., ale dla tej nielicznej garstki elity sportowej, która się urodziła z talentem w swojej konkurencji sportowej, nie możemy stawiać żadnych przeszkód, ani nawet nie powinniśmy.

Jeśli chodzi o wystąpienia polskiego świata sportowego w barwach narodowych na forum zagranicznem, to my, jako Związek Polskich Związkw Sportowych, robimy wszystko, co leży w naszej mocy, aby te wystąpienia, stały na odpowiednim poziomie i przyniosły zaszczyt naszym barwom narodowym. Do Los Angeles jedzie ekipa, która może pretendować na miejsce drugie i trzecie, czasem nawet na pierwsze, ale przecież niema żadnej gwarancji rejentalnej, że my musimy koniecznie otrzymać to miejsce. Kto staje do boju, ten może przegrać. Pod tym względem jeżeli chodzi o Olimpjadę, o Los Angeles, to ja mogę stwierdzić, że współpracujemy z Państw. Urzędem, z Centralnym Instytutem W. F., który, jak państwu wiadomo, zorganizował obóz naszych olimpijczyków i robi wszystko, ażeby nasza wyprawa stała na odpowiednim poziomie.

Przechodzę teraz do strony finansowej tego zagadnienia. W trudzie i znoju zebraliśmy 60.000 zł. w kraju w drodze ofiar społecznych, dostaliśmy kilka czy kilkanaście tysięcy dolarów od Polonji w Ameryce. Przy minimalnym wysiłku ze strony rządu ekipa może wyruszyć. Ja się teraz zapytam, dlaczego ma się nie ruszać, kiedy tam będzie brało udział czterdzieści kilka narodów świata, dlaczego ma nie ruszać ta ekipa, choć może tak samo pretendować w szeregu konkurencyj do punktowanego miejsca: Nie zapominajmy zresztą, że na stadjonie olimpijskim dwukrotnie powiewała chorągiew polska na maszcie.

Dlatego daję wyraz mojemu przekonaniu, że nie chcę w tej czcigodnej i dostojnej Radzie być uważany za najmłodszego w tem znaczeniu, że daję tak szeroki lot sportowi polskiemu. Nie sądzę również, żeby czcigodny areopag specjalistów od wychowania fizycznego stał na tem stanowisku, że nie można dać szerokiego lotu dużemu szeregowi sportowców, którzy idą na ten lot. Proszę mi wierzyć, że w pracy mojej społecznej na terenie sportu zawsze szukałem tej granicy istycznej uporządkowania współpracy wychowania fizycznego, zastosowania wszystkich racjonalnych metod wychowania i stworzenia racjonalnych podstaw. Dzisiaj, sądzę, że pod tym względem doszliśmy do niezłych rezultatów, że sport opiera się na szerokiej zaprawie wychowania fizycznego. Jednostki wybitne zawsze będą dążyły wzwyż i temu nie należy stawiać przeszkód.

Płk. dr. WŁADYSŁAW OSMOLSKI:

Chcę zrobić kilka drobnych uwag. Co do wychowania fizycznego w uniwersytetach, zdaje mi się, że tam brak wszelkiej organizacji.

Zajmują się wprawdzie tą kwestją niektórzy profesorowie, ale nie na wszystkich uniwersytetach i dlatego jest to zależne od danej osoby, która może przecież zmienić miejsce swego pobytu. Jeżeli więc słusznie uważamy uniwersytety za teren, na którym rozwinięcie akcji wychowania fizycznego, byłoby pilne, to trzeba obmyśleć sposób na to, żeby tam znalazło się kierownictwo dla prowadzenia akcji praktycznej. Tu ważniejsze jest prowadzenie ćwiczeń, niż nauki teoretycznej. Wiąże się z tem poniekąd sprawa Państwowej Odznaki Sportowej. Słusznie tu prof. Piasecki mówił, że docenci i asystenci powinni dojść do Odznaki Sportowej. Ale tu zaznaczę, że o ile Odznaka rozwija się wśród młodzieży, to — kiedy bezpośrednio zetknąłem się z tą sprawą na terenie uniwersytetów, okazało się, że nie całkiem odpowiednie są tam ćwiczenia dla tego właśnie wieku, że kłócą się one wręcz z wiekiem dojrzałym po 45-tym roku życia i mogą odstręczyć tych ludzi od wychowania fizycznego, a sprawność ich nie jest znowu tak niska, żeby nie mogli otrzymać Odznaki Sportowej.

Oczywiście, standaryzowanie ma naturalne granice i nie może być doprowadzone do końca zupełnie, tak jak nie można rosnąć i tyć, nosząc ciągle to samo ubranie. Jeżeli Instytut nosi ubranie dwuletnie, to trudno w tym czasie przerobić program uniwersytecki. Ta sprawa nasuwa problem nadania określonego charakteru Instytutu. Słusznie sprawozdanie Dyrektora Państw. Urz. tę kwestję podnosi i wysuwa potrzebę zastanowienia się nad tym charakterem organizacyjnym Instytutu. Czy koniecznie należy dążyć do tego, żeby szkoła była całkowicie upodobniona do studjów uniwersyteckich? Jeżeli przypomnimy sobie debaty dawniejsze, to wysuwano tam zasadę przeciwną, że szkoła ma mieć charakter wyższej szkoły technicznej, a nie naukowej placówki, i ma produkować rozumnych pracowników dla tej dziedziny. Jeżeli dziś jednak zarówno pod względem wyposażenia w pracownie naukowe, jeżeli pod względem układania programów ciągle wyłania się tendencja zbliżenia do zakładów uniwersyteckich, to czas zastanowić się, czy trzeba pójść w kierunku standaryzacji szkół i utrzymać Instytut na poziomie uniwersyteckim, czy też pozostawić szkołę na typie wyższym technicznym. Ta sprawa musi być troskliwie przestudjowana.

Wiąże się z tem kwestja przyjmowania kandydatów. Dyrektor Państwowego Urzędu W. F. i P. W. zaznaczył, że dotychczas w systemie przyjmowania kandydatów kierowano się względami na ich kwalifikacje fizyczne i sprawność. Tak było, ale musiało tak być ze względu na to, że jeżeli się ma w ciągu 2 lat wyrobić fachowców, to program

praktyczny musiał być dość poważny i kwalifikacje kandydatów musiały być należyte. Jednakowoż sprawozdanie zaznacza, że do pewnego stopnia uwzględniano też i kwalifikacje umysłowe, że jednak na przyszłość te rzeczy muszą się pomyślniej ułożyć i że strona psychiczna kandydata ma zajmować poczesniejsze miejsce. Jestem tego samego zdania. Jeżeli dotychczas nie działo się w tej dziedzinie doskonale, to tylko dlatego, że z pustego i Salomon nie naleje. Elementy takie garnęły się masowo do szkoły, a ponieważ nie można było przyjmować bez kwalifikacyj fizycznych, więc na stronę duchową zwracano znacznie mniejszą uwagę. Tu poprawa stosunków będzie funkcją czasu, a nie funkcją systemu przyjmowania. Sprawdzianem tego, czy system przyjmowania do szkoły jest słuszny, jest właściwie życie. Otóż dziś może jeszcze zawcześnie na to, by zebrać wiadomości o tem, jak się przedstawia praca zawodowa tych, którzy ukończyli zakład, a to jedynie może być miarodajne. Głosy, które mię w tej sprawie dochodzą, są bardzo pocieszające, jeżeli chodzi o zawodowe nauczycielskie kwalifikacje młodzieży, która z zakładu dostała się do życia praktycznego.

Ostatnia sprawa, jaką pragnę poruszyć, to strona naukowa działalności Instytutu. Zasadniczo Instytut skonstruowany tak jak obecnie, raczej nie jest placówką naukową, choć, co jest rzeczą słuszną, posiada laboratorja. Dyrektor ma obowiązek troszczyć się o stronę badań naukowych i układać program prac. Jest to sprawa skomplikowana, jednakże rzeczy te w Instytucie zmieniają się pomyślnie i na miejsce młodych pracowników da się zdobyć zczasem osoby z tytułami akademickiemi, a te osoby z natury rzeczy muszą mieć swój program działania, który dyrektor może zatwierdzić.

Wreszcie — krótka zupełnie uwaga o stosunku administracji do dyrektora Instytutu. P. Dyrektor Państwowego Urzędu W. F. i P. W. ocenia ten stosunek bardzo optymistycznie, ja oceniam go raczej pesymistycznie. Rzecz ta zależy nietylko od organizacji, ale i od ludzi i od warunków otaczających. Te warunki były w okresie organizacyjnym Intsytutu bardzo niekorzystne — mam na myśli podległość, która sprawiała to, że przy uzależnieniu od organów centralnych każdy drobiazg musiał się opierać o Warszawę i zużywało się niesłychanie dużą ilość czasu i pracy na uzgodnienie lub odwołanie niektórych zarządzeń, które nie odpowiadały dyrektorowi. Według mego mniemania, ta sprawa wymaga także troskliwego przestudjowania, bo doświadczenia moje pod tym względem były niezachęcające. Zmuszony jestem jednak podkreślić ten punkt, że zależy to nietylko

od organizacji, ale i od ludzi, którzy w tem biorą udział, i że w danym wypadku po zmianie administratora, niestety dopiero po 2 latach, gdy przyszedł drugi administrator, stosunki się ułożyły jaknajlepiej. Widać z tego, że organizacja kryje w sobie niebezpieczeństwa, któıym trzeba w jakiś sposób zaradzić.

Prof. Dr. MIECZYSŁAW MICHAŁOWICZ:

Panie Marszałku, Wysoka Rado! Sprawozdanie wykazało, iż zrobiono tak dużo, że na horyzoncie zarysowuje się możliwość błędów i dlatego wskazanem byłoby postarać się o to, ażeby ich uniknąć. Moje doświadczenia, jako prezesa związku warszawskiego piłki nożnej, doprowadziły do niesłychanie oszałamiającego wrażenia, że nigdzie tyle pieniactwa nie widziałem, ile w sporcie. Proponuję, ażeby wszystkie sportowe instytucje były jeśli nie katedrą, to w każdym razie pierwszym cyklem wykładów o niebezpieczeństwie zniekształceń wychowania fizycznego i sportowego, tak żeby na tym masowym terenie ruchu sportowego nie przyczyniano się do zniekształcenia jednostki.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Jako przewodniczący konstatuję, że dotychczasowy tok dyskusji prowadzi do tego, iż mnogość przedmiotów, o których się dyskutuje, daje w wyniku zapominanie tego, co poprzednio mówiono i daje rezultat niedobry. Dlatego chcę przerwać ten sposób dyskusji i odrębnie omawiać poszczególne sprawy, które wysuwają się bądź ze sprawozdania, bądź z dyskusji i pragnę, ażeby je traktować osobno. Dyskutowanie ogólne ma jedną bardzo wielką wadę, że przestaje być dyskusją, a zaczyna być bawieniem się w mówienie. Jednego to interesuje, drugiego — co innego, wskutek czego dyskusja staje się bardzo nieprodukcyjna.

Zanotowałem te sprawy, które dadzą się wyodrębnić. Jedna kwestja, która zajmowała z początku bardzo wiele uwagi, to uczelnie wyższe. Inną znów grupę stanowi wieś, która wystąpiła w sprawozdaniu i w dyskusji jako rzecz odrębna. WP. prof. Wyrobek i Pani Olszewska dorzucili sprawę dziecka. Płk. Ulrych poruszył kwestję sportu, która tu zajmuje główne miejsce, a Prof. Ciechanowski wystąpił przeciwko sportowi. Ja wolę sportowanie, niż sport Robię obserwacje z mojemi pannami, które sportowaniem się bardzo zajmują,

ale do sportu nie należą. Mojem zdaniem, to daleko lepsze, niż sport. I potem, pułk. Osmolski jeszcze dorzucił sprawę CIWF. Ale CIWF został uwzględniony w oddzielnym punkcie porządku dziennego. Poruszono także sprawę odznaki sportowej, ale i ta sprawa jest dalej w porządku dziennym uwzględniona.

Wyodrębniłem więc poszczególne zagadnienia i proszę w dyskusji trzymać się wyznaczonych czterech tematów: uczelnie wyższe, wieś, dziecko i sport. Na pierwszem miejscu stawiam sprawę uczelni wyższych, bo ta sprawa zajęła nam dużo czasu i musi być doprowadzona do końca. Udzielam głosu Panu pułkownikowi Kilińskiemu.

Płk. dypl. WŁADYSŁAW KILIŃSKI:

Nie chciałem wogóle młodzieży akademickiej narażać na koszty. Stwierdzam, że na szeregu boisk jest pustka, na które młodzież akademicka może być wpowadzona zadarmo dla zrobienia Odznaki Sportowej. Są instruktorzy, którzy mają w komplecie 6 osób, a mogą ćwiczyć 200. Przecież to wprowadzenie młodzieży na boiska znacznie taniej kosztuje, niż projektowanie instruktorów specjalnie dla młodzieży akademickiej.

Nie miałem zamiaru dyktowania terminu ani obejmowania całości młodzieży akademickiej. Jeżeli młodzież ma przerwę w dotychczasowem wychowaniu fizycznem, to dla zrobienia Odznaki Sportowej potrzeba czasu. Myślałem tylko o kontynuacji dalszego ruchu sportowego w wychowaniu fizycznem młodzieży, która dopiero wyszła ze szkoły średniej, a więc pierwszego rocznika, który przyjdzie na wyższe zakłady naukowe. Czy na to może być nałożony rygor szkolny? Jeżeli istotnie senat i wydziały nie mogą zaakceptować tej myśli, to lepiej z tą myślą nie występować, ale na odcinek tej pracy wejśćby należało. Stwierdzam, że ta młodzież, która w ruchu wychowania fizycznego brała udział, w ciągu 14 dni nawet może się przygotować do Odznaki Sportowej.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Trzeba tę rzecz jednakowoż zbadać, jakie byłoby zdanie senatów. Sprawa ta jest bardzo ważna.

Minister W. R. i O. P. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

To, co mnie najbardziej obchodzi, to są wymagania, które należy postawić młodzieży, kształcącej się na nauczycieli szkół średnich.

Wyobrażam sobie, że nie jesteśmy w stanie nic zrobić, ażeby zorganizować studja w zakresie wych. fizycznego i poddawać młodzież egzaminom, które łączyłyby się z egzaminami nauczycielskiemi.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Mnie również chodzi nie o co innego, jak o to, żeby przedłużyć wyniki osiągnięte w szkole średniej, żeby one miały miejsce i na uniwersytecie.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Chciałbym wystąpić w obronie swych wniosków, co do których właściwie p. Dyrektor nie zajął stanowiska, albowiem to, co p. Dyrektor powiedział, nie zawiera ani przystąpienia do moich wniosków, ani też modyfikacji własnych, a tylko stwierdzenie, że ja byłem w swych wnioskach radykalniejszy. Chcę wyjaśnić, że tym punktem radykalniejszym, to były tylko opłaty, których domagano się już przed 2 laty na konferencji międzyuczelnianej, zwołanej jeszcze przez ś. p. min. Czerwińskiego. Opłaty te utonęły wówczas w niepamięci, bo nastrój dla tej sprawy nie był jeszcze zdecydowany, mimo że kilka osób występowało za opłatami. Sądzę, że radykalniejszy jest wniosek p. Dyrektora, niezmiernie zresztą słuszny, ale za radykalny, ponieważ dąży do wprowadzenia już teraz przymusu. Otóż ten przymus już obecnie istnieje, choć my o tem czasem zapominamy. O przymusie tym wspomniałem w pierwszem swem przemówieniu; dotyczy on narazie tylko kandydatów na nauczycieli szkół średnich. Jest przecie rozporządzenie z r. 1924, które zniewala nauczycieli do tego, ażeby przystępując do egzaminów pedagogicznych po dwóch latach praktyki nauczycielskiej i po uzyskaniu magisterjum, umieli się wykazać ponadto sprawnością cielesną. Tę sprawność cielesną my im dajemy w Studjum wychowania fizycznego młodzieży akademickiej, bo oni tam są właściwym ośrodkiem, z małą domieszką z innych fakultetów. I tak: w Poznaniu mamy 4 kobiece oddziały a dwa męskie, jak wiadomo, studentki są daleko posłuszniejsze, aniżeli studenci, więc też garną się masowo i mamy w tych oddziałach ogromne przepełnienie. Obliczenia u nas w Poznaniu wykazują, że gdybyśmy wprowadzili jakąś niewielką opłatę, naprz. 2 złote na trymestr, to moglibyśmy jeszcze o 50% więcej tych oddziałów uruchomić, t. zn. jeszcze 300 ludzi przeszkolić rocznie dla otrzymania P .O. S. i mielibyśmy bądź-

cobądź bardzo poważne posunięcie w zakresie usprawnienia fizycznego młodzieży akademickiej, w połączeniu z jakiemiś 500 studentami już pracującymi w wychowaniu fiz. na naszym uniwersytecie.

Należy także wszcząć propagandę zaczynając od A. Z. S.'ów i iść dalej na korporacje i zrzeszenia studenckie, a przykład profesorów, docentów i asystentów mógłby te rzeczy dobrze przygotować. Sprzeczności w tem żadnej niema, jest tylko rozbieżność narazie w pewnych taktycznych posunięciach i dlatego gorąco apeluję do p. Dyrektora Państw. Urzędu, ażeby zechciał może w uznaniu tego braku, zgodzić się na tego rodzaju kompromisowe, na teraz, postawienie sprawy.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Jest tu nieporozumienie formalne, które ujawniło się w naszych obradach nad uczelniami wyższemi. Rada przyjęła w swoim czasie odpowiednią uchwałę. W wyniku uchwały — wyłoniona dla tej sprawy Komisja pracowała, prac swych jeszcze nie skończyła i Rada nie może przystępować do dyskutowania tego zagadnienia, bo nie mamy jeszcze z tej komisji materjałów do dyskusji. Racjonalne więc byłoby odczekać zakończenia prac komisji, a wtedy dopiero Rada będzie mogła zająć stanowisko. Pierwsze posiedzenie Komisji już było.

Nacz. JÓZEF BŁOŃSKI:

Ś. p. minister Czerwiński zorganizował najpierw komisję wewnętrzną. Następnie odbyła się konferencja z uczestnictwem wszystkich przedstawicieli szkół akademickich, na której przyjęte zostały zasady rozbudowy wychowania fizycznego na terenie szkół akademickich. Te zasady, oczywiście, ze względów budżetowych muszą być realizowane stopniowo, ponieważ środki mamy bardzo nikłe. Jednakowoż na podstawie wynikow prac tej komisji zostały wprowadzone do programów wszystkich niemal uczelni akademickich wykłady i ćwiczenia z zakresu wych. fizycznego w ilości 68 godzin tygodniowo. Następnie ustalono zasadę, iż wszystkie dotacje przeznaczone na popieranie wychowania fizycznego i sportu dla organizacyj akademickich będą przechodziły przez te komisje uczelniane, względnie międzyuczelnianą komisję wychowania fizycznego przy szkołach wyższych. I tu Ministerstwo oddało do dyspozycji pewne dosyć pokaźne kredyty w zeszłym roku, a mianowicie z sum budżetowych 20.000 zł., z opłat pozabudżetowych, t. j. z opłat studenckich na pomoc w natu-

rze, — 61.847 zł., pozatem wpłynęła także pewna dotacja i z Państw. Urzędu W. F. i P. W. Te sumy pozabudżetowe były rozdzielone bezpośrednio pomiędzy zainteresowane organizacje. W roku ostatnim ta sprawa nie posunęła się naprzód tylko z powodu trudności budżetowych.

Jeżeli chodzi o warunki pracy i o samą treść pracy tych komisyj międzyuczelnianej i uczelnianych, to, jak już zaznaczono w sprawozdaniu Dyrektora Państw. Urzędu, komisje te pracowały z dużym zapałem. Z mniejszym nieco wynikiem pracowała komisja na terenie Warszawy i to może nieco hamuje postęp prac.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Zwyczajem lat ubiegłych prosiliśmy pp. Członków Rady o nadsyłanie wniosków na tydzień przed posiedzeniem plenarnem Rady. Szereg wniosków wpłynął w terminie. Mimo to — obecnie, już w toku dyskusji, zaczynają napływać wnioski nowe. Wobec tego proponuję utworzenie Komisji Wniosków, a w skład tej Komisji należałoby — mojem zdaniem — powołać osoby, które w terminie przepisanym swoje wnioski nadesłały. Temi osobami są: prof. Ciechanowski, dyr. Giżycki i wiz. Olszewska.

Komisja Wniosków o zaprononowanym składzie została jednogłośnie wybrana.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

W kwestji uczelni wyższych kto chce jeszcze zabierać głos? — Nikt — W takim razie wszystkie wnioski idą do komisji.

Następną jest kwestja wsi, podniesiona przez pp. Kilińskiego, Sikorskiego i innych. Stwierdzam, że na wieś wychowanie fizyczne z trudnością iść może, gdyż wieś ma swoje „wychowanie fizyczne", ludzie na wsi mają stale ćwiczenia fizyczne, czy to w orce, czy w bronowaniu, czy w jakiejkolwiek innej pracy fizycznej na roli. Wobec tego dostosowanie wychowania fizycznego do wsi jest rzeczą bardzo trudną. Praca ta zawsze przybiera charakter ćwiczeń fizycznych, stale wykonywanych. Być może, że nie odpowiadają one programowi. Ja sobie przypominam, jak któryś z panów w poprzedniej naszej dyskusji twierdził, że dziewczyna na wsi znosi znacznie łatwiej najrozmaitsze wysiłki fizyczne, w porównaniu do dziewczyny w tym samym wieku z miasta a nawet miasteczka. Więc tam wychowanie fizyczne osiąga się przez pracę na roli. Przypuszczałem, że zagadnie-

nie wychowania fizycznego na wsi dotyczy młodzieży. No, to wtedy co innego. Ale — jeśli jest mowa o wychowaniu fizycznem ludzi, którzy stale podejmują wysiłki i to niejednostronne, jak się to dzieje w fabryce, lecz wielostronne, bo co innego jest kosić, co innego orać, żąć, wozić, to mnie się zdaje, że taka praca daje znacznie więcej niż programowe wychowanie fizyczne. Na wsi co innego szkodzi fizycznemu stanowi zdrowia: mieszkanie bardzo ciasne i brudne i niedostateczne odżywianie. Same wyczyny fizyczne są bezwzględnie bardzo znaczne.

Płk. dypl. WŁADYSŁAW KILIŃSKI:

O ile chodzi o wysiłek fizyczny, to wieś ma go często aż zawiele. Jednakże cały ruch wychowania fizycznego uważam za składnik dwóch zasadniczych czynników. Jeden, to jest ten czynnik ruchu, a drugi — wychowania obywatelskiego, wychowania wogóle człowieka. W tym ruchu fizycznym, któremu wieś się oddaje, nie znajduję czynika wychowawczego. Z drugiej strony ruch fizyczny jest tam w pewnej mierze jednostronny i wymaga korektywy. Obserwacja zewnętrzna wystarczy do stwierdzenia, że chłop zbyt wcześnie się pochyla. Trzebaby go wyprostować i na to trzebaby niewątpliwie innych czynności, aniżeli te, które wykonywa w swojej pracy codziennej. To wyprostowanie jest potrzebne zarówno ze względów fizycznych, wojskowych, jak i duchowych.

Ruch wychowania fizycznego na wsi spotyka się z bardzo wielkiem uznaniem i chętnie przyjmuje się z miejsca. Dla wyjaśnienia chciałbym dodać, że instruktor, którego my przeznaczamy na wieś, nie będzie pełnowartościowym, bo takiego tam niepotrzeba. On musi być takim, ażeby tę wieś rozumiał i mógł dać wsi najniezbędniejsze elementy. Nasz instruktor wychowania fizycznego, zawodowy i honorowy, to jest ta sama wartość, tylko jeden częściowo płatny, a drugi wcale. Przyszły nasz instruktor, wydobyty ze wsi, przeprowadzony przez kursy propagandowe, na które trafia w tej chwili każdy z ulicy, przyjdzie już jako znany, zakorzeniony w robocie wsi i wtedy niewątpliwie pracę tę wykona.

Jako jedyny czynnik, ułatwiający robotę wychowania fizycznego na wsi w tej chwili, znajduję tylko: powiększenie tego sprzętu, który chłopa ciągnie. Jego ciągnie piłka, a mniej natomiast sprzęt lekkoatletyczny, bo on w swej pracy ma dużo i biegu i skoku, i rzucania, które mu zastępują dysk czy oszczep. Mniej natomiast znajduje się

w pracach wiejskich tych elementów wychowawczo zespołowych, które są w grze w piłkę.

Kultura fizyczna, która ma iść do wsi, musi mieć zupełnie inny charakter, niż ta, która trafia do fabryk.

Wiz. WALERJAN SIKORSKI:

Dodam parę szczegółów, uzasadniających konieczność wychowania fizycznego na wsi: Młodzież wiejska reaguje pomału, za wolno, dlatego, że orjentacja, która poprzedza reakcję, jest zbyt długa. Dlatego i gry posiadają tam wielkie znaczenie. Młodzież ta po wstąpieniu do wojska będzie szybciej poruszać się. Konieczne więc są takie sporty, jak pływactwo i wioślarstwo, chociaż ludność żyje nad wodą, często się jednak zdarza, że nie umie pływać. Takie wypadki znane są i nad morzem.

Ppłk. dr. WŁADYSŁAW DYBOWSKI:

W pierwszym rzędzie trzeba będzie zaopatrzyć seminarja nauczycielskie w najlepszych fachowców, aby wychodzący z nich nauczyciele szkół powszechnych byli postawieni na wysokim poziomie. Z tą chwilą, kiedy to będzie wykonane, wychowanie fizyczne wsi będzie odrazu bardzo mocno podparte.

Nauczyciel szkoły powszechnej jest jednym z głównych czynników postępu na wsi. Tam nie jest potrzebny sport w formie wyczynów. Miałem sposobność przekonać się, że wśród najwyborowszego materjału, jaki wieś może dać, z siłą i wytrwałością wyczynów jest bardzo dobrze, ale ze zgrabnością jest źle i tego tam właśnie potrzeba więcej. Ponieważ ten punkt w sprawozdaniu był nieporuszony, pozwolę sobie zapytać się, czy kwestja zaopatrzenia seminarjów w pierwszorzędnych wychowawców fizycznych ruszyła naprzód i w jakim zakresie?

Min. W. R. i O. P. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Zczasem wykształcenie nauczycieli powiększy się. Powstają licea pedagogiczne i w tym stanie rzeczy sprawa wychowania fizycznego będzie postawiona znacznie lepiej.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI.

Została wyodrębniona specjalna kwestja, która mnie nieco dziwi. Bo, proszę państwa, jeżeli idzie o zgrabność, to, naturalnie, element miejski jest inny, niż wiejski. Jeśli chodzi o umiejętność ręcznej pracy wszelkiego rodzaju, to ona znacznie wyżej stoi w miastach, niż na wsi Ręce w miastach są znacznie zgrabniejsze. Ruch wiejski jest leniwy i powolny. Jednakże ja boję się, że podniesienie zgrabności i sprawności obniży właśnie wytrwałość i siłę, bo nauczy wysiłki fizyczne szybciej wykonywać kosztem nerwów. Element wiejski należy do najspokojniejszych, jakie istnieją zarówno w ruchu, jak i w pracy. Jest w nim coś z fatalizmu, podczas gdy element ruchliwości wyzyskuje nerwy.

Widzę tu dążenie ze strony Dyrektora Państw. Urzędu W. F., jak może i panów do pewnej unifikacji, jednolitości tych cech. Przyznam się panom, że ta unifikacja i jednolitość nie jest mojem dążeniem. Nie zniesiemy różnicy, jaka istnieje między wsią i miastem. To jest niemożliwe. Jest jeszcze i inna rzecz, o której powiedział p. Sikorski: wrażliwość i szybkość reakcji myślowej. Skoro podniesiemy ją — to zarazem niszczymy spokój. Podczas swych badań nad wojną japońsko-rosyjską poczyniłem szereg obserwacyj. Miałem do czynienia z dwiema dywizjami japońskiemi: — jedna zawierała czysto wiejski element. To dywizja druga. A inna — dywizja dwunasta — składała się z żywiołu miejskiego. Proszę państwa, dwunasta dywizja nie mogła wytrzymać tego, co druga, gdyż nie była w stanie. Ale jeśli szło o szybkość, to dwunasta dywizja udawała kawalerję, na co nie mogła się zdobyć druga. Otóż widoczna jest różnica między elementem wiejskim i miejskim.

Boję się, że przy tem umiastowieniu wsi — więcej się przegra niż wygra. Panowie mówicie o piłce. W jednem ze swych dawniejszych przemówień na Radzie mówiłem, ze spostrzegam ze zdziwieniem, iż młodzież na wsi zaczyna kamienie odpychać nogą, zupełnie tak samo, jak to zauważyłem w Anglji. Anglik ma drgawki w nogach, on nie może czegoś nie pchnąć nogą, on nogą ciągle coś podpycha. Broń Boże, jakiś papier leży na chodniku, to on go popchnie nogą.

Ja nie mogę zgodzić się na to, na co tak śmiało idzie p. płk. Kiliński, żeby przenosić całość programowości w. f. na wieś. Można myśleć chyba tylko o zimie, bo latem są prace na roli, a dziecko będzie pasać gęsi. Ono zawsze ma czas zajęty. To usprawnienie może pójść jedynie w wieku t. zw. młodzieńczym. Dlatego ja niebar-

dzo dobrze rozumiem ten marsz na wieś z wychowaniem fizycznem. Higjena, to co innego, na to można się zgodzić. Ale gimnastyka? ja nie wiem, czy to jest zdrowe.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Nie chodzi o jednolitość zupełną wsi i miasta, a tylko o korekturę wsi. Taka poprawa jest możliwa. W Danji wymyślono ćwiczenia, które dają się specjalnie zastosować do parobczaków sztywnych. Możnaby się dowiedzieć, jakie to daje wyniki psychiczne.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI.

Ja się obawiam. Jest to umiastowienie wsi. Ona się i tak umiastawia, a zniesienie różnic doprowadzi do pozbawienia jej spokoju wewnętrznego. Element wiejski jest nadzwyczaj wytrwały i spokojny. Jeżeli chodzi o przejście pewnej przestrzeni, to on ją pokona z zupełną swobodą. Proszę panów, weźcie naprz.: — stać cały dzień na upale i kosić! Któż to zrobi? Postanowiłem raz nauczyć się kosić. Pół dnia kosiłem, a dwa dni leżałem; nie mogłem nie leżeć, byłem zbolały, a oni koszą tygodniami, jak przyjdzie czas koszenia. I ta wytrwałość — przecież to nie jest nawet siła fizyczna, ale ta spokojna wytrwałość!

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

To wypływa ze sposobu odżywiania. Wiejski człowiek odżywia się przeważnie jarskiemi potrawami, a miejski — mięsnemi. Dlatego rolnik jest zdolny wytrzymywać długotrwałe ale powolne wysiłki, natomiast człowiek z miasta do długotrwałego wysiłku jest niezdolny, natomiast jest znacznie zręczniejszy. W wojsku chłopak wiejski przechodzi z odżywiania normalnego na wojskowe — mięsne i wtedy stopniowo usprawnia się, nabiera zręczności i szybkości ruchów. Ale z chwilą powrotu do rodzinnych warunków i do jarskiego odżywiania — zręczność tę stopniowo zatraca i jako rezerwista ponownie powołany ma te same ociężałe ruchy.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Młodzieży na wsi w wieku pozaszkolnym, potrzebne są zabiegi wychowawcze dla moralnego podtrzymania. Otóż ze stanowiska czysto fizycznego uważałbym, że zima nie nadaje się na wsi na gimnastykę

która zresztą przez długi czas jeszcze może ratować sytuację. Tu pozostaniemy długo jeszcze wtyle za szwajcarami, gdzie towarzystwa strzeleckie docierają do każdej wsi. Słusznie jednak p. dyr. Kiliński podniósł poprawę stanu w tym względzie na wsi. Co do lata, to ta sama młodzież, gdy jest wolna od zajęć na roli, a zwłaszcza w niedzielę popołudniu, zamiast wałęsać się, będzie z wielkim pożytkiem pociągnięta do gier.

Oczywista rzecz, że gry trzeba dobierać dla wsi. Nie sądzę, aby piłka nożna była tu bardzo wskazaną. Ona jest zanadto dla wiejskiego chłopaka natężająca i wymaga wysiłku mięśniowego, którego ma on i tak dosyć na roli. Ale takie gry, jak: palant, koszykówka, siatkówna i t. d. mogą dobrze służyć. Za grami przemawia i to jeszcze, że są one tradycyjne i są nadal kultywowane, jeżeli tylko nie zanikają pod wpływem szkoły, ktrą wprowadza obce i niezawsze lepsze elementy. Myślę, że w taki sposób można tę rzecz poprowadzić, i oczywiście, w dzisiejszych warunkach trudno obawiać się, aby akcja ta przeszła w jakąś przesadę. Z tem wszystkiem najzupełniej uznaję zasadnicze motywy Pana Marszałka, że nie trzeba dążyć do jakiejś niemożliwej niwelacji, jakiegoś zrównania wsi z miastem. Ale zrównanie to powinno odbywać się i odbywa się naodwrót, t. zn. miasto winno upodobnić się do wsi. Powinniśmy coraz częściej mieszkać i przebywać na wsi.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Żadnych wniosków w tej sprawie niema. Lista mówców wyczerpana. Przechodzimy zatem do następnego punktu, t. j. do sprawy sportu.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Łatwo spotkamy się z p. płk. Ulrychem na wspólnej platformie. Chodzi o to, żeby środki, które się na sport poświęca, były zużytkowane raczej na rozszerzenie go wśród mas, niż na ewentualne popieranie imprez, które dużo kosztują, a niezawsze przynoszą sławę. Tego powinniśmy unikać. Jeśli już mamy wystąpić, to tylko wtedy, gdy mamy dużą pewność dobrych rezultatów. Tu trzeba trochę propagandy i przygotowania. Mam zupełną nadzieję, że nastąpi między nami zrozumienie.

Co się tyczy drugiej rzeczy, t. zn. męczenia zawodników przez lekarzy, to nie leży w naszem ręku. Nie my tem rządzimy. Jeśli le-

karze zadaleko te rzeczy posuwają, to nie nasza wina. O ile będziemy mogli wpłynąć na te rzeczy, to, oczywiście, będziemy starali się to zrobić. Wprawdzie są to rzeczy bardzo ciekawe, ale jeśli nie mają praktycznego znaczenia na przyszłość, to postaramy się je wyeliminować.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Sport jest olbrzymim elementem propagandowym, t. zn. tym, który wychowanie fizyczne wszędzie bardzo silnie uwydatnia. Ale, idzie się drogą złą, a zła rzecz najwięcej propagandy robi. Sportowe rzeczy mają charakter zawsze jednostronny. Nigdy nie zapomnę, jak w jednej ilustracji spotkałem taką osobę, która — tak mi się wydawało — dziwne rzeczy robi. Jakaś kobieta skacze przez płotki. Ktoś powiedział mi: to jest znakomita płotkarka, jakaś XY. Dowiedziałem się, że to jest uczenica, która kończy gimnazjum i zarazem jest naszą znakomitą płotkarką. Przyznam się, że to mnie przeraziło, iż przygotowują ją, jako naszą znakomitość, do występów na arenie międzynarodowej. Pomyślałem sobie o tej biednej dziewczynie: Ona nic już nie ma robić, tylko skakać przez płotki? Ponieważ ona przygotowuje się na występy, musi więc odpowiednio trenować, zmienić swój tryb życia; ją codziennie ważą, codziennie masują i ona ciągle skacze przez te durne płotki. Jej celem jest tylko, żeby jeden płotek za drugim przeskoczyć. I ona ciągle to robi. Przecież to może życie zbrzydzić. Można unieść się w stratosferę sportu i uważać, że zadaniem życia jest wyciągnąć jeszcze minutę, jeszcze milimetr. Ale ja nie mogę się nie obawiać o tę dziewczynę w tak młodym wieku, gdy ją zrobiono znakomitą płotkarką i specem w płotkowaniu. Toż to koniec świata!

To jest jedna sprawa, a teraz druga. Mówiliśmy o footbalu. Ja lubię nawet popatrzeć na tę grę, bo tam element zgrania i solidarnej walki najsilniej występuje, tak, że przyjemnie jest patrzeć. Proszę panów, czas wyznaczony meczom w tej grze, to wyduszanie potu przez półtorej godziny, musi doprowadzić do zepsucia serca po pewnym czasie. Jednostronność wysiłku, jest, proszę panów, w każdym sporcie. Mówiliśmy o jednostronnym wysiłku w pracy wieśniaka, że prowadzi ona do pochylenia człowieka, ale przecież każdy wysiłek sportowy jest jeszcze bardziej jednostronny. Weźmy, dla przykładu, znakomitość w rzucaniu dyskiem. Przecież to nie daje wysiłku całemu organizmowi. I tak jest w każdej dziedzinie. A więc w tym

najwstrętniejszym wysiłku — boksie, potem konnej jeździe i t. d. Już z p. Lewicką mówiłem o tem, że konna jazda nie jest ćwiczeniem fizycznem, rozwijającem całość ciała, gdyż rozwija jeden mięsień specjalnie, dlatego, że jeździec musi nim, a właściwie pewną częścią nogi pocisnąć konia.

Wszystkie sporty mają charakter zawsze jednostronny. Ja państwu powiem, że na terenie bardzo wąskim obserwuję moje panny i ich koleżanki. Świat sportowy może święcić triumfy, że tak silnie moment sportu działa. Ten element propagandowy wywiera bardzo silny wpływ. Ale ja to nazywam nie sportem, a sportowaniem. Moje panny ciągle sportują, bez końca, całemi dniami, ale tak samo poprzednio bawiły się w chowanego i bieganego. Sportowanie to przecież ciągła zabawa. Więc teraz zabawa jest w siatkówkę, bez siatki, przez gałąź drzewa i t. d.

Prof. Michałowicz mówił o pieniactwie. Pieniactwo wywołane jest przez przepisy sportowe, doprowadzone do centymetrów, doprowadzone do przestrzeni takiej tylko, takiego tylko czasu. To musi być zmienione.

A Pan jeszcze o futbolu mówił. Złap Pan out, złap Pan sędziego, który nie widział! (Gen. Rouppert: Wtedy mówią: Sędzia kalosz). To Pan wie, Pan się tem zajmował i to czynnie. Ja nie mógłbym powiedzieć, że ten system propagandy musi być przez nas ceniony. On daje dużo dla całego tłumu, ale nie dla usprawnienia fizycznego. Natomiast środki, których wychowanie fizyczne używać musi, nie mogą iść drogą sportu.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Ponieważ p. Prezes Z. P. Z. S. był łaskaw zaatakować badania lekarskie — (przypuszczam, że może w zapale walki) — więc pozwolę sobie przeprowadzić obronę, przez zaatakowanie Pana Prezesa.

Musimy stwierdzić i uświadomić sobie, że obecny sport zawodniczy, widowiskowy, szczególnie w interpretacji męskiej, bo kobiety jednak mniej się do sportu zawodniczo-widowiskowego nadają, nie uzyskuje rezultatów, jakich moglibyśmy spodziewać się od rekordowców i wyczynowców.

Jeżeli obserwujemy szereg wybitnych sportowców krajowych i zagranicznych, to dochodzimy do wniosku, że charakter, który powinien być u nich najpotężniejszy, wyradza się w histerję primadonny,

która wogóle nie znosi niczego poza bezpośrednim wyczynem sportowym i chęcią pokazania się tłumom.

P. Prezes Z. Z. mówił tu o męczeniu zawodników, jak królików, że badanie lekarskie trwa dwie godziny, że to jest wyciskanie potu. Naogół badania te nie są takie straszne (być może, że jakiś zapaleniec lekarz te rzeczy „straszne" robił). Przerabialiśmy badania w Zakopanem na narciarzach. Stu kilkudziesięciu zbadaliśmy ze stoperem. Badania wewnętrzne i antropologiczne trwały przeciętnie po 45 m. Muszę stwierdzić, że propozycje co do badań bardziej bolesnych były odrzucane a limine przez wszystkich. Wszyscy podlegali tylko tym badaniom, które były niebolesne, nieszkodliwe i niedające ani kropli potu. Niektóre „primadonny" — nie nasze, lecz skandynawskie, poddały się bardziej bolesnym badaniom: wzięciu kropli krwi z ucha... Ale nasi nie poszli na te propozycje. Więc muszę odeprzeć obawy Prezesa Związku Związków, że my zanadto, za silnie, za gwałtownie męczymy zawodników temi badaniami.

Ostatni rok przyniósł nam już trupy na boiskach i ringach bokserskich. Ten bokser, który zginął na miejscu, ten zawodnik, który na sportowym meczu piłki nożnej zginął, to są sygnały ostrzegawcze, które powinny raczej pchnąć nas w kierunku spotęgowania badań lekarskich. A panowie „primadonny" uważają, że lekarz przychodzi znęcać się nad nimi.

Muszę prosić p. Prezesa Związku Związków, żeby zechciał swe stanowisko zmodyfikować, gdyż to, które zajął, nie jest do utrzymania.

Płk. dypl. JULJUSZ ULRYCH:

Chciałbym zaznaczyć, że tutaj jestem członkiem Rady, a nie Prezesem Z. Z.

Z temi rzeczami ja mam najwięcej kłopotu właśnie na terenie sportu, o czem członek Rady, p. Muszałówna, wie doskonale. Sytuacja była taka, że idea, aby szereg ludzi z wychowania fizycznego weszło na teren sportowy, tutaj właśnie się zrodziła. Wskutek tego kilka lat poświęciłem nie na sportowanie, lecz raczej na robotę organizacyjną i nastawienie polskiego sportu. Tych kilka słów pro domo sua.

Byłoby rzeczą piękną i wskazaną, gdyby można było opracować normy i wytyczne dla życia sportowego, nad czem zresztą stale pracujemy i współpracujemy z Państwowym Urzędem i ażeby te normy amatorskiego sportu wprowadzić w życie. Sport stał się zjawiskiem

międzynarodowem, konkurencja w nim przybrała ogromne rozmiary, tak, że należy rozróżnić w nim trzy czynniki: sport jako współzawodnictwo, współdziałanie, i trzecia olbrzymia dziedzina, to jest — organizacja sportu, która nam, działaczom na tym terenie, zabiera najwięcej czasu. Kluby, związki, których jest dwadzieścia kilka, komitet olimpijski, Związek Związków Sportowych, wreszcie federacje międzynarodowe poszczególnych związków, to jest ogromna organizacja o takim przeroście, że najlepiej czyni, Panie Marszałku, ten sportowiec, który nie należy do żadnego klubu, gdyż ma on wtedy najwięcej czasu na swoje indywidualne sportownictwo.

W tym sporcie jest masa objawów niepokojących, o których mówiłem już na Radzie Naukowej. Nie jest, oczywiście, objawem niepokojącym fakt, że oni bronią się przed nadmierną opieką lekarską. Ja tylko celowo daję odpowiedni rezonans, tam ich kontroluję, a tu daję wyraz ich stanowisku.

Jeżeli chodzi o te rzeczy, jak — pieniactwo, częściowo ukryte zawodnictwo, to jest w tem wina sportu na całej linji. Dziś idziemy w tym kierunku, żeby wzmocnić sankcję Związku Związków. Ale — jak długo sport, współzawodnictwo, osiąganie rekordów w danej konkurencji będzie największem hasłem dla elity sportowej, tak długo nasze hasło — hasło wychowawców fizycznych, nie będzie wzięte.

Dziś, streszczając się, sytuacja w sporcie jest taka: olbrzymia masa ludzi w Polsce sportuje dla samych siebie, lecz niewątpliwie wielka ilość ludzi bierze udział dlatego, żeby dojść do bardzo dobrego wyniku. Jest to stan faktyczny. Cztery lata temu byłem w Amsterdamie na stadjonie olimpijskim i przyglądałem się olbrzymiej walce, nietyle na stadjonie, ile wśród tłumów, na trybunach. To przecież były istne wybuchy. Jest pytanie, w jaki sposób tym faktom przeciwdziałać, w jaki sposób na miejsce tej rekordomanji wprowadzić racjonalne sportowanie dla czystego sportownictwa. Niestety, ruch jest dziś tak szeroki, że już te małe chłopaki w trzeciej i czwartej klasie na pamięć potrafią wymienić nazwiska wszystkich rekordmenów świata w poszczególnych konkurencjach. Jest to poprostu jakaś zaraza, jakaś epidemja. I nic dziwnego, że jakaś płotkarka będzie latem ciężko pracowała na to, żeby na Olimpjadzie zdobyć złoty medal.

Ta rzecz jest tak szeroko rozpowszechniona w poszczególnych krajach, że dziś jest już znany kawał. Kiedy ojciec spytał syna:

— Czy wreszcie kończysz prawo, czy grasz w tennisa?, — otrzymał od syna odpowiedź: „to gram w tenisa".

Jednak jako członek Rady Naukowej Wychowania Fizycznego, stwierdzam z całą lojalnością: my te idee, które tu powstają, z całą świadomością realizujemy.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Ta elita daje siłę całemu sportowi. Ja jednak powiadam, że wolę sportowanie, niż to pieniactwo.

Dr. STANISŁAW KOPCZYŃSKI:

Muszę parę słów powiedzieć w sprawie opieki higjeniczno-lekarskiej nad sportem i wychowaniem fizycznem młodzieży w szkole. Płk. Ulrych przyzna, że świadomie przesadził kwestję badań lekarskich, żeby tem większe wrażenie wywrzeć. Oczywiście, jak w zwykłych warunkach medycyna pozwala zbadać stan zdrowia, tak w czasie zawodów pozwala ona zbadać takie przejawy, które normalnie nie występują.

Chodzi mi w tej chwili o sprawę konieczności opieki lekarskiej i ochrony młodzieży szkolnej. Jak każdą epidemję zwalczają lekarze w szkołach, tak samo zwalczać musza epidemję sportu w szkołach, gdy się ona pojawi. I dlatego, gdy zmniejszono liczbę godzin lekarzy w szkołach, to Rada Naukowa interwenjowała i uzasadniała potrzebę kontroli lekarskiej w wychowaniu młodzieży. Chodzi o kwalifikowanie do sportu i do ćwiczeń cielesnych, do hufców szkolnych, do obozów letnich i t .d. To są rzeczy kardynalnej wagi. Nie można dopuścić, żeby dziecko chore ćwiczyło. Te rzeczy trzeba kontrolować. Wobec tego, że lekarze szkolni mają czas ograniczony w szkole. a mają dużą rolę do spełnienia, więc mało czasu pozostaje im na kontrolę nad wychowaniem fizycznem i sportem. Dlatego niesłychanie jestem wdzięczny prof. Ciechanowskiemu, że zwrócił się z wnioskiem możliwej restytucji czasu pracy lekarzy w szkołach. Przypuszczam, że po przemówieniu prof. Ciechanowskiego Ministerstwo zgodnie z zapowiedzią pójdzie po tej linji, żeby czas pracy lekarzy szkolnych restytuować i umożliwić im pracę i kontrolę nad wychowaniem fizycznem i sportem. Na ten dział pracy lekarzy w szkole zwraca się dziś wielką uwagę i szereg godzin został przeznaczony na kontrolowanie wychowania fizycznego. Lekarze szkolni dokonują szeregu doświadczeń i przechodzą odpowiednie kursy. Dziś odbywa się podobny kurs w Łodzi dla lekarzy wojskowych i cywilnych, i w tym kierunku wie-

dza fachowo-lekarska robi coraz większe postępy, a lekarze stają się coraz bardziej uprawnionymi do tej kontroli nad wychowaniem fizycznem i sportem.

Płk. Dypl. WŁADYSŁAW KILIŃSKI:

Uwagi Pana Marszałka i dyskusja na temat sportu stawiają Państwowy Urząd w wyjątkowo korzystnem położeniu. Wszystko to, co podniesiono w dyskusji, to jest w działalności Urzędu uwzględniane. Na rzecz sportu pieniądze z Państwowego Urzędu wcale nie idą. Sport rozwija się przy pomocy wzrastających rzesz mecenasów, którym właśnie te piękne wyczyny się podobają. Ze strony Państwowego Urzędu nieliczne pieniądze, jakie idą na cele sportu w ścisłem znaczeniu, odpowiadają celowi, t. j. służą propagandzie. W tej sprawie Urząd nie sam decyduje, czy jest to potrzebne, ale pozostaje w kontakcie z Ministerstwem Spraw Zagranicznych, uważając, że sprawa ta jest także propagandą państwa.

Pozatem pieniądz dotyka tego sportu, który świetnie się mieści w określeniu Pana Marszałka — sportowanie. Idzie na narciarstwo i wioślarstwo, które poza samym sportem mieszczą w sobie element turystyczny, poznawania kraju, piękna przyrody oraz — żeglarstwo. Subwencjonuje pływactwo, ponieważ uważa, że umiejętność pływania jest niezbędnym warunkiem przetrwania trudów. Ażeby w zimie wyciągnąć ludzi na świeże powietrze, popiera również ślizgawki.

Pragnąłbym dorzucić jeszcze jedno słowo na temat brzydkiego sportu, t. j. boksu. Sport ten znajduje silnego mecenasa w Państwowym Urzędzie na odcinku przysposobienia wojskowego z tej przyczyny, że oficerowie stwierdzają, iż w nieprawdopodobnym procencie ułatwia im przeprowadzenie przeszkolenia wojskowego, jeśli jednostki są już wyszkolone w boksie. Na niektórych odcinkach redukcja w czasie przeszkolenia dochodzi do 50%. Na odcinku szerokim — my specjalnie boksu nie protegujemy.

Zwracam się do Rady Naukowej z prośbą o wypowiedzenie się na ten temat.

Dyr. ALEKSANDER BOBKOWSKI:

Mówiono tu o rekordomanji i o szkodliwym wpływie oraz niepotrzebnych wydatkach państwowych na wyjazd ekip. Ja z własnej praktyki wiem z kilku takich występów zagranicznych, gdzie brałem udział, jako organizator wyprawy zagranicznej, że placówki dyploma-

tyczne podkreślają w sposób jaskrawy niesłychaną wagę, jaką przywiązują do tych występów zagranicznych, które im w niebywały sposób ułatwiają pracę.

Druga sprawa: Pracując od dłuższego czasu w narciarstwie, chcę stwierdzić, że związek narciarski ze swej własnej inicjatywy dąży do tych celów, które Pan Marszałek podkreślił, mianowicie do sportowania, a nie uprawiania sportów. I w tym kierunku w ostatnich latach ujawniła się silna działalność związku. Stworzono towarzystwo, które nie idzie po linji wydobywania wielkich rekordów, lecz w kierunku stwarzania warunków do uprawiania narciarstwa. Towarzystwo to, w tym roku założone, nazywa się Towarzystwem krzewienia narciarstwa i w statucie jego ten czynnik rekordomanji jest wyeliminowany. Pragniemy stwarzać jaknajdalej idące ułatwienia dla całego społeczeństwa, do uprawiania tego sportu. Pierwszym takim zaczątkiem działalności towarzystwa był raid narciarski, który spotkał się z wielkim aplauzem.

Życzeniem naszem, jako związku narciarskiego, byłoby, aby do takich towarzystw dopuścić w jakikolwiek sposób młodzież szkolną. Na terenie klubów sportowych, w stosunku do władz szkolnych istnieje silna walka o dopuszczenie młodzieży szkolnej do klubów. Uznając w pewnej mierze słuszność stanowiska Ministerstwa Oświaty i władz szkolnych, że nie chcą do tego dopuścić, uważam jednak, że organizacja i warunki pracy przynajmniej w niektórych związkach, są już o tyle na dojrzałym poziomie, że możnaby młodzież dopuścić do tych klubów, jeśli nie w formie członków rzeczywistych, to bodajby jako członków uczestników, pod opieką władz szkolnych.

Jeśliby zaś rzecz ta była niedopuszczalna w tym sensie to, uważałbym za rzecz wskazaną, aby p. minister Oświaty zechciał iść na rękę sportowi i pozwolił na dopuszczenie młodzieży szkolnej przynajmniej do tych towarzystw, jak Towarzystwo krzewienia narciarstwa, które ma na celu jedynie stwarzanie warunków do uprawiania sportu.

Wiz. ZYGMUNT WYROBEK:

Sport, nie sportowanie, jest w obecnej formie czynnikiem degeneracji i deprawacji młodzieży. Jest on często czynnikiem degenerującym dlatego, że kluby sportowe nie rozumieją, iż sport polski może się rozwinąć wtedy, jeśli będzie miał szeroką bazę zdrowia. Kluby sportowe wyławiają niedorostków i kształcą ich w tym kierunku,

aby wyszły z nich asy. Potem się mówi, za 2—3 lata: „chłopak nie jest w formie" — i idzie do lamusa; dawaj nowego!

Jesteśmy świadkami takiego postępowania na całej linji. Wiemy o tem, że dziesiątki, setki, tysiące młodzieży szkolnej należą do klubów pod pseudonimami. Ponieważ dzisiaj jest tendencja w sporcie: — byle jaknajwyżej, jaknadalej, jaknajszybciej, a młodzież ma dziwny pęd do naśladownictwa i udawania dorosłych, więc idzie w tym kierunku. Wiemy również, że atmosfera wielu klubów (nie dotyczy to wszystkich wyeliminowałbym tu przedewszystkiem Związek Narciarski), gdzie spotykają się chłopcy umysłowo niezrównoważeni z ludźmi, którym krzyż skostniał, jest niezdrowa. Młodzież nie kieruje się rozwagą, myśli innemi kategorjami, aniżeli dorośli i poprostu stawia wartość rzeczy nie na właściwej platformie. Jej nie imponuje wysiłek umysłowy, tylko kto kopnie wyżej.

P. płk. Bobkowski podniósł sprawę, ażeby wolno było przystępować młodzieży do pewnych klubów. Uważam to za rzecz raczej niebezpieczną. Wniosek ten odesłałbym do komisji dziecka, ażeby wypowiedziała się w tym kierunku.

Dzisiaj, sądzę, że dopuszczenie młodzieży szkolnej do klubów narciarskich byłoby niebezpiecznym precedensem na przyszłość, bo tak jak obecnie związek narciarski, potem wystąpi drugi, trzeci, dziesiąty klub i wtedy da się placet na to zło.

Na str. 18-tej sprawozdania p. Dyrektor podniósł, że występuje z wnioskiem o wydanie zarządzeń do wszystkich władz administracyjnych, aby nie zatwierdzały statutów, nieuwzględniających poddawania członków badaniom lekarskim. Jabym ten postulat rozszerzył tak, aby nie zatwierdzały statutów, jeśli dany klub przyjmuje młodzież szkolną.

Prof. dr. TADEUSZ STRUMIŁŁO:

Chcę tu zwrócić uwagę na jeden jeszcze moment ujemny, który wiąże się ze sportem, co do którego, pomimo wszelkich zastrzeżeń, jakie Pan Marszałek był łaskaw słusznie zrobić, wszyscy uznajemy poważne znaczenie. Chcę zanotować moment ujemny w sporcie wiejskim i małomiasteczkowym. Tam odgrywa dużą rolę degenerator — alkohol. To alkoholizowanie się młodzieży jest tam często celem zrzeszania się.

Zdaje się, że tę sprawę niedosyć wzięliśmy pod uwagę i dlatego chciałem zaproponować, ażeby wszelkie instytucje, kierujące wycho-

waniem fizycznem i sportem, współpracujące w organizowaniu tego sportu, współdziałały w zdrowem postawieniu silnej opinji, iż w pracy nad sportem i wychowaniem fizycznem alkoholizowanie się młodzieży jest rzeczą niedopuszczalną.

Zdaje się, że opinja ta niedość jeszcze jest wyrobiona. Sam zaobserwowałem wypadek, kiedy na szczycie masztu ustawiono butelkę wódki i — kto wlezie na szczyt tego masztu, ten dostaje tę flaszkę.

Płk. dypl. WŁADYSŁAW KILIŃSKI:

Wypadek, o którym Pan mówi, miał miejsce tylko jeden raz w 1928 r. Nie notowaliśmy więcej podobnych faktów.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Ja tylko krótko chciałem głos zabrać w sprawie narciarstwa. Ponieważ p. płk. Bobkowski chciał, ażeby Ministerstwo W. R. i O. P. zrobiło wyjątek dla nowopowstałego Towarzystwa Krzewienia Narciarstwa co do dopuszczania tam uczniów, jabym miał mocne zastrzeżenia, mimo, że narciarstwo kocham i sam mu się dużo oddawałem. Ale dlatego właśnie wiem, że narciarstwo jest sportem zdrowym, ale męczącym, tak że używanie narciarstwa przez dzieci musi być połączone z bardzo wielkiemi ostrożnościami.

Tu mam do zanotowania u nas taki fakt: W Zakopanem urządzono wyścig narciarski dzieci. Miejscowi lekarze, nie rozumiejąc tej sprawy, zgodzili się na zorganizowanie wyścigu dla propagandy. Taka rzecz jest niesłychanie zaraźliwa i ona może łatwo nawet na terenie nowopowstałego towarzystwa tu i ówdzie lokalnie wystąpić. Widać to z przykładów zagranicznych i to pierwszorzędnych. Nie gdzieindziej, jak w Szwajcarji dr. Knoll, a zatem autor poważny, który przeprowadzał wszystkie badania lekarskie w St. Moritz, wykazał u dwóch młodych szwajcarów prawdziwą rozedmę. Są to jedyne tego rodzaju wypadki u młodych narciarzy, których zapał zużyto w ten sposób, że ich wzięto do wyścigu. Trzeba więc byłoby robić wyłom w zasadzie, bardzo niebezpieczny nawet dla tak sympatycznego sportu, jak narty, a nie wierzę tym wszystkim lokalnym czynnikom, żeby nie zrobiły jakiegoś głupstwa.

MARSZAŁEK JÓZEF PIŁSUDSKI:

Proszę państwa, dyskusję nad tą sprawą mamy ukończoną. Postawiono w tej sprawie 5 wniosków, które odesłałem do komisji. Pozostaje jeszcze kwestja dziecka. Kwestja ta zajmie nam dużo czasu. Dlatego wobec spóźnionej pory proponuję odłożyć ją na posiedzenie popołudniowe, które rozpocznie się o godzinie 4-tej.

Propozycję Pana Marszałka przyjęto jednogłośnie.

POSIEDZENIE POPOŁUDNIOWE

Przewodniczy w zastępstwie Pana Marszałka — Wiceprzewodniczący Rady, gen. dr. St. Rouppert.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Drugi punkt porządku dziennego został wyczerpany, ponieważ dla spraw związanych z wychowaniem fizycznem dziecka została utworozna specjalna Komisja Dziecka. Wobec tego przechodzimy do trzeciego punktu porządku dziennego, przyczem uważam za obowiązek poinformować państwa, że p. Marszałek przybędzie o g. 7-ej na towarzyską pogawędkę z nami, to też musimy na godz. 7 zakończyć nasze obrady.

Trzecim punktem porządku są sprawozdania z działalności Rady. Ponieważ wszystkie sprawozdania były rozesłane, proponuję nie odczytywać ich, a tylko poszczególni referenci ewentualnie dadzą krótkie informacje do nich *).

Zaczniemy więc od Komisji Miernika. Głos ma p. Dziekan Ciechanowski.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Większa część sprawozdania, to są formalne rzeczy. Uzasadnienie naszego stanowiska jest zawarte w samym referacie i tu możemy podać tylko do wiadomości, że Ministerstwo Oświaty wprowadza już te rzeczy w życie i spodziewam się, że już na jesieni będziemy mieli materjał 20.000 dzieci, t. j. dwa razy więcej, niż wykazuje statystyka skandynawska.

Dalszy etap przyniesie zupełne wyjaśnienie tej rzeczy. Jedynie tylko żałować musimy, że sprawa nie może być prowadzona na większą skalę nietyle ze względu na brak sił, ile ze względu na to, że

---

Sprawozdania z działalności Rady podajemy na końcu.

statystyczne opracowanie tych rzeczy wymagałoby ogromnego aparatu. Ze szkolnictwem powszechnem musimy poczekać, aż będziemy mieli większe zasoby.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

W sprawie komisji lekarskiej głos ma p. płk. Dybowski.

Ppłk. dr. WŁADYSŁAW DYBOWSKI:

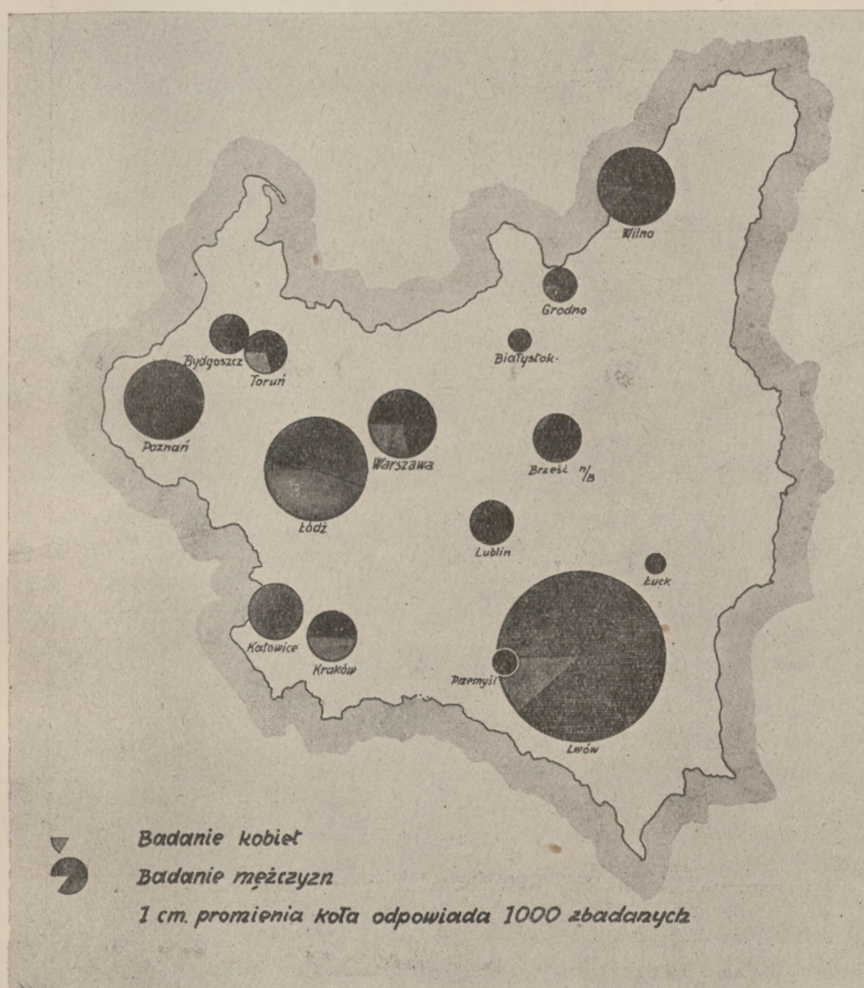
Ja chcę tylko przedstawić wykresy odnoszące się do poradni sportowo-lekarskich w Ośrodkach Wychowania Fizycznego: Wykres pierwszy obejmuje rok 1931. To są cyfry z roku ubiegłego. Mamy 15 poradni. Przybyła poradnia w Łucku. Dwie poradnie najmniejsze, to Łuck i Przemyśl. W ogólnych badaniach idzie na czele Lwów, potem Poznań i t. d. Na piątem miejscu stoi Warszawa. Jeden cntm. na wykresie przedstawia 1000 osób. Ogółem mamy prawie 16000 mężczyzn i przeszło 2000 kobiet. Co do bliższych jeszcze wyjaśnień, to daje je sam wykres.

Drugi wykres: mamy w nim paski wyciągnięte czerwono — to badania mężczyzn, niebiesko — kobiet. Ciemna barwa — to badania solidne, dorywcze zaś — barwa jasna. Na pierwszem miejscu ilościowo stoi Lwów, najsolidniej pracuje Wilno, które opanowało ośrodek tak, że badań dorywczych niema zupełnie. Jeśli chodzi o jakość, to co do znacznej części badań, wartości naukowej te wyniki przedstawiać nie mogą. Co do procentowego stosunku, to, niestety, procent badań dorywczych jest niemały, a w ostatnim roku procent ten powiększył się, osiągając 55% badań dorywczych u mężczyzn i 45% u kobiet.

Ponieważ była tu poruszana sprawa, jak długo trwa badanie, wobec tego podaję, że przeciętnie czas ten jest we wszystkich poradniach jednakowy i trwa od 12 do 15 minut. Przekraczanie tego czasu zdarza się tylko wtedy, gdy u badanego lekarz znajduje jakieś zastrzeżenie.

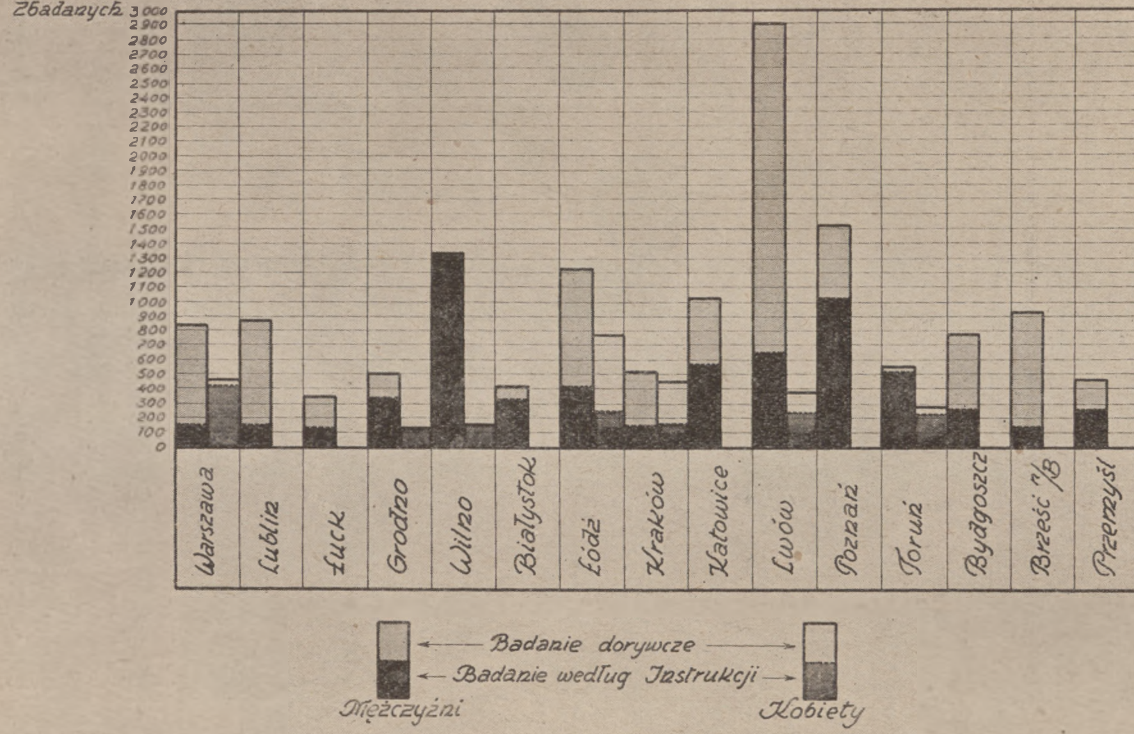
Poza poradniami chciałem dodać jeszcze do zagadnień poruszanych sprawę szkodliwości sportu. W tej dziedzinie są już pewne rezultaty pracy. Mamy tu dwa egzemplarze pracy Bentkowskiego, (państwo dostali odbitkę 2 stron pracy Bentkowskiego), który zajmuje stanowisko wobec szkodliwości powodowanych nadużywaniem sportu, ale głównie — naskutek leczenia pourazowego.

PORADNIE SPORTOWO-LEKARSKIE
W ROKU 1931.



ILOŚĆ ZBADANYCH PRZEZ PORADNIE SPORTOWO-LEKARSKIE

W ROKU 1931.



Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Kto chce zabrać głos w sprawie sprawozdania Komisji Lekarskiej?

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Co do tych badań, to chciałem dowiedzieć się, dlaczego jest tak nierównomierny stosunek ilości badań? Przecież taki ośrodek, jak Warszawa, jest niewiadomo na którem miejscu, Kraków również jest niesłychanie słaby. Coś tam musi niedomagać.

Dyr. dr. EUGENJUSZ PIESTRZYŃSKI:

Przed chwilą z ust p. płk. Dybowskiego dowiedzieliśmy się, że badanie lekarskie w ośrodkach trwa od 12 do 15 minut. Korzystam z tego, że to podkreślił specjalnie p. Pułkownik, aby jeszcze raz wrócić do zarzutu, który p. płk. Ulrych był łaskaw postawić, i chciałbym jednocześnie pozwolić sobie dać p. Pułkownikowi radę, jak ma na te wszelkie żale sportowców odpowiadać.

Mnie się zdaje, że wszystkie badania tych asów sportowych — a ci tylko prawdopodobnie skarżą się — nie są badaniami pod kątem widzenia ich własnego dobra. Chodzi o to, ażeby z przykładów, z pewnej nauki wyciągnąć pewne wnioski i ustrzec następnych przed błędami popełnionemi przez poprzedników. Stąd, jeżeli asowi powie się, że ta tylko przesłanka w badaniach jest główną i zasadniczą, to przypuszczam, nie znajdzie on odpowiedzi żadnej i zrozumie, że poświęcenie 12 czy 15 minut dla dobra ogółu jest konieczne. Wydaje mi się, że ta sprawa powinna być z tego właśnie punktu widzenia rozpatrywana, a nietylko i wyłącznie pod kątem widzenia osobistym badanego.

Dr. ZOFJA FRANIÓWNA:

Co do poradni lekarskich, to przyznam się, że spotykam się w kołach lekarskich z całkowitem zniechęceniem co do tej praktyki. Nie mówię już o warunkach lokalnych. Jeżeli chodzi o pomieszczenie tych poradni, to dotychczas, do r. 1932 pomieszczenia te były zupełnie nieodpowiednie na poradnie. Największą jednak bolączką poradni jest nieuregulowanie kwestji zgłaszania się badanych. Naogół przeważnie zgłaszają się zawodnicy przed samemi zawodami, i wtedy te badania mają charakter dorywczy. Pozatem do poradni zgłasza się

szereg osób, które uległy jakiemuś wypadkowi, a więc naprz. skręciły nogę i przychodzą na poradę, natomiast znikoma jest liczba badanych, którzy regularnie, systematycznie w pewnych odstępach czasu, a przynajmniej raz do roku przychodzą do poradni. Z tego wynika, że badania lekarzy sprowadzają się tylko do kwalifikacji badanych, natomiast ściślejsze badanie, polegające na kontrolowaniu, zupełnie odpada. Tak samo odpada wszelka praca na obozie. Dlatego z taką radością widzę w sprawozdaniu Państwowego Urzędu i w sprawozdaniu komisji projekt o uregulowaniu badań.

Co do czasu badań, to jednak nie zgadzam się z p. płk. Dybowskim, że trwa to 12 minut. Owszem, to jest możliwe, jeżeli lekarz ma pomocnika. Jeżeli jest sam, to badanie takie trwa dłużej. Ze sprawozdania zrozumiałam, że Komisja Lekarska ma rozpatrzeć sprawę metody tych badań. Tam pewne zmiany mogłyby być wprowadzone.

Co do wykorzystania pod względem naukowym badań lekarskich, to czy nie byłaby wskazaną większa współpraca pomiędzy pracownią doświadczalną Rady a poradniami?

Czasem poradnie odczuwają brak sprzętu. Czy nie byłoby dobrze oprzeć te poradnie tam, gdzie to jest możliwe, o szpitale czy kliniki?

Płk. JULJUSZ ULRYCH:

Chcę podkreślić, że poruszenie przezemnie tej sprawy okazało się rzeczą pożyteczną. Płk. Dybowski mówił, że badanie trwa od 12 do 15 minut., ja zaś mówiłem dwie godziny. W rozmowie w czasie przerwy ustaliłem, że taka rzecz trwa około 2 godzin.

Uważam za wielką zdobycz montowanie tych poradni. Sam w tym kierunku oddałem sprawie pewne usługi i nie chciałbym, ażeby te poradnie znalazły się w ślepej ulicy, z której niema wyjścia. Jest rzeczą jasną, że świat sportowy musi zrobić propagandę dla tych poradni. Dzisiaj są one w takiej sytuacji, że jeśli świat sportowy nie pójdzie do nich z dobrą wolą, to one nie odpowiedzą swemu zadaniu.

Materjał, który daje dyskusja, jest konkretny do wyciągnięcia praktycznych wniosków. Ja postaram się, ażeby te wnioski na forum sportowem wyciągnąć w takiej postaci, że te badania muszą iść w dalszym ciągu i trzeba się lojalnie zachować i poddać takiej czy innej długości trwania badań. Kończąc, stwierdzam jednakże, że nie chodziło o te 10 czy 15 minut., tylko o pełne 2 do 3 godzin, które normalnie są potrzebne do przeprowadzenia badań. Proszę wziąć pod

uwagę, że jeśli człowiek w sprawie własnej choroby idzie do lekarza, to badanie nigdy długo nie trwa. Takich lekarzy, którzy badają godzinę, wogóle w Polsce niema. Ja kilkakrotnie poddawałem się badaniom lekarskim, wojskowym i cywilnym i nigdy lekarz nie przetrzymał mnie ponad 15 minut., gdy tymczasem świat sportowy, cieszący się zdrowiem, jest poddawany takim długim badaniom, które są konieczne ze względów tylko naukowych.

Praktycznie, rezultat tej dyskusji sformułuję w ten sposób, że weźmemy asumpt do tego, ażeby prowadzić propagandę na rzecz tych poradni.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Mam pewien kłopot, bo chciałbym mówić właśnie o mierniku a nie wiem, czy...

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Miernik już załatwiliśmy.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

W tym razie nie będę stawiał wniosków, tylko poczynię pewne uwagi pod adresem Komisji Miernikowej.

Czytając instrukcję, byłem mile rozczarowany i bardzo zbudowany. Ten umiar komisji podobał mi się niezwykle i zakończył całą rzecz w sposób bardzo prosty, która daje się w szkolnictwie łatwo przeprowadzić i zapewnia wyniki, gdy tymczasem skomplikowane badania byłyby w szkolnictwie niewykonalne. Pod adresem tej Komisji nasunęły mi się pewne uwagi, które ośmielam się złożyć, w związku z wnioskiem, który miałby być uchwalony. Uważam za rzecz silnie niebezpieczną puszczanie w szkolnictwie w obieg nowego schematu badań, z których, jeśli nie wychowawcy fizyczni, to dyrektorowie mogą wnioskować: A, to według tego będą oceniać, jak my tu pracujemy. Ponieważ w szkolnictwie sposób tego rodzaju myślenia jest rozpowszechniony i w każdem nowem zarządzeniu podejrzewają, że to będzie służyć do orzeczenia, jak dana szkoda pracuje, więc mojem zdaniem, instrukcja powinna zawierać klauzulę, któraby wyraźnie obawy takie uspokajała. Jeśli tych obaw nie uspokoimy, to rzeczy te będą koloryzowane i statystyki będą „ulepszone". Wiele osób, zależnych od swoich przełożonych, jest do tego skłonnych. Zdarzało się

bardzo często takie koloryzowanie na punkcie wyników w świecie sportowym. Więc, jedno z gimnazjum uważało, że oni zwyciężyli, gdy oficjalnie odnieśli zwycięstwo inni. I w tej sprawie pisało się do Wych. Fizycznego list z pieczątką gimnazjum i t. d. Jeżeli takie rzeczy się zdarzają, to ja myslę, że powinniśmy temu zapobiec w ten sposób, aby instrukcja wyraźnie zaznaczała: miernik nie ma być wymiarem działalności wychowania fizycznego w szkole.

Pozatem wysunąłbym jeszcze jedną obawę, niewielką, ale w każdym bądź razie realną. Nasze szkolnictwo jest jeszcze ciągle nieuświadomione w sprawie wychowania fizycznego, i gdy dostaną raptem te wszystkie arkusze, a niedawno temu z ledwością udało się popchnąć do P. O. S., który jest także miernikiem sprawności fizycznej, to mógłby powstać w umysłach niektórych ludzi, zwłaszcza fizyczfachowych pewien zamęt. Oni mogliby pomyśleć, że może już nie trzeba dbać o tę Odznakę Sportową, bo to inaczej będzie ta młodzież badana. Wskutek tego mogłaby osłabnąć praca P. O . S. Sądzę, że w instrukcji należy zupełnie wyraźnie powiedzieć o P. O. S., bo związek logiczny między P. O. S. a oceną sprawności jest za wielki, ażeby można było o tej rzeczy przemilczeć. Dlatego również pod adresem Komisji wyraziłbym prośbę, ażeby w instrukcji umieszczono ustęp, polecający do akcji za P. O. S. Miernik wskazywałby materjał ludzki, który dojrzał do zdobycia Odznaki.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Instrukcje te rozesłaliśmy, tak, że do niej nie można nic dodać. Przypuszczam, że obawy p. prof. Piaseckiego mogą być w pewnej mierze uzasadnione. Dlatego może udałoby się to załatwić w drodze okólnika Ministerstwa, uzupełniającego te dwa punkty. Może panowie pozwolą, że Komisja zwróci się do do p. naczelnika Błońskiego, żeby był łaskaw to zrobić.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Wracamy do komisji lekarskiej. Dyr. Szulc ma głos.

Dyr. doc. GUSTAW SZULC:

Ja nie zrozumiałem p. pułkownika Ulrycha, kiedy mówił o 2 godzinach badań. Dwie godziny, to rozumie się, trwają w sumie wszystkie badania najbardziej precyzyjne, jak badania Rentgenem i t. d.,

które zajmują dużo czasu. Co do potrzeby tych badań, to nie potrzebuję ich uzasadniać. Wykonywane są one pod innym zupełnie kątem widzenia. Takie badania 15-minutowe, wystarczające w ośrodku zdrowia, są nieraz zupełnie dostateczne dla zorjentowania się lekarza, czy można w danej chwili dopuścić do danych ćwiczeń, natomiast nie mogą wystarczyć dla naszych asów sportowych. Chodzi o to, że byłoby nawet kompromitacją, gdyby nasze asy sportowe wyjechały na igrzyska olimpijskie bez badań lekarskich. Wydaje mi się, że w każdym razie w ciągu tych badań nie moglibyśmy uchwycić ani jednego, któreby istotnie obciążało zawodnika. Naprz. te pół godziny leżenia, to jest rzecz niezbędna, a przecież niemęcząca.

Chcę jeszcze poruszyć sprawę statystyki, przytoczonej przez p. płk. Dybowskiego. Chcę poprostu zrobić małą uwagę, że jeżeli są robione zarzuty statystyce, że ona wielu rzeczy nie wyjaśnia, to tym razem jest to przykład, który raczej zaciemnia zagadnienie, gdyż nie można zorjentować się w niem dokładnie. Sądzę, że p. płk. Dybowski nie dysponował materjałem całkowitym z poszczególnych ośrodków i stąd można dojść do karykaturalnych wniosków, że w niektórych ośrodkach naprz. kobiety nie były badane. Stąd widać, że istnieje błąd w metodyce opracowania tego zagadnienia. Gdyby ten wniosek był słuszny, to należałoby zbadać sprawę bliżej, czy nie należałoby tu czegoś poprawić.

Ppłk. dr. WŁADYSŁAW DYBOWSKI:

Chcę tylko dać wyjaśnienia co do samej podstawy mojej statystyki. Liczby całkowite są wzięte ze sprawozdań. W rzeczywistości niektóre ośrodki badania kobiet nie wykazały, ale to nie znaczy, że ich nie było. W uzupełnieniu do statystyki, podane są szczegóły. Ja nie podawałem tych rzeczy w statystyce, jeśli mi Ośrodek nie nadesłał dokładnych danych.

Co do czasu badań, wyjaśnię że istotnie 10—15 min. to jest czas jaki trwa przeciętne badanie. To jest niewystarczający czas, jeżeli niema pomocy. W większości wypadków lekarz ogranicza się ściśle do badania lekarskiego, a pomocnik jego robi pomiary. Naogół jednak, wobec tego, że w 80% to są badania po raz pierwszy, a nie perjodyczne badania, to czas przeznaczony na badania takie jest zbyt krótki. Warunki jednak zmuszają do tego.

Częściowo obserwujemy objawy niekorzystne. Zawodnik zgłasza się wogóle po raz pierwszy do poradni przed samemi zawodami.

Z punktu widzenia propagandy lepiej go jednak tak zbadać, niż odesłać całkiem. Przykładem takim jest poradnia lwowska, która w statystyce wypada najgorzej, bo ma największą cyfrę badań dorywczych, ale są też zawodnicy, którzy przychodzą po raz czwarty lub piąty. Gros w tych badaniach stanowią bokserzy.

Reasumując to wszystko, pod adresem i p. Dyrektora Państwowego Urzędu i p. płk. Ulrycha stwierdzam, że to, co podałem w sprawozdaniu, to są najgłówniejsze nasze dezyderaty: — zachodzi potrzeba wywarcia dalszego nacisku przez Państwowy Urząd i wszystkie związki i stowarzyszenia, żeby badania zawodników odbywały się perjodycznie, dwa trzy razy do roku, a nie jednorazowo.

I jeszcze jeden dezyderat — uzupełnienie karty badania sprawności, bo dobra sprawność fizyczna prawie że wyklucza możność schorzenia danego osobnika, a niestety z tem mają poradnie dużo trudności, i osiąga się to zaledwie w 10%. Dobrzeby było, gdyby badania te były kombinowane z wynikami badań sprawności fizycznej.

Dr. ZOFJA FRANIÓWNA:

Możeby wprowadzić pewną poprawkę do wniosku p. Pułkownika, ażeby zamiast zawodników i zawodniczek wprowadzić do stałych badań wszystkich, którzy ćwiczą.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Wobec tego, że nikt już głosu nie zabiera, ja pragnę parę słów dorzucić w sprawie Komisji Lekarskiej. Ponieważ w tej sprawie najwięcej skarg zostało wypowiedzianych, chcę wypowiedzieć uwagę pod adresem związku narciarskiego, który umożliwił nam pracę i szedł nam bardzo daleko na rękę, a jako rezultat tej pracy, ukazała się książka, która przyniosła zupełnie realne materjały.

Czy w sprawie następnego punktu — sprawozdania sekretarza Rady, ma ktoś coś do nadmienienia? — Nie. — W takim razie przechodzimy do referatu o Państwowej Odznace Sportowej. Głos ma sekretarka Rady, Pani Muszałówna.

JEDEN ROK P. O. S.

K. MUSZAŁÓWNA:

To, co będę mówić o Państwowej Odznace Sportowej, nie jest właściwie referatem. Są to raczej rozważania, o charakterze sprawozdawczym, związane z faktem, że właśnie ukończony został jeden rok praktyki życiowej POS-u. Państwowa odznaka Sportowa, celne posunięcie władz państwowych w kierunku upowszechnienia sportu była i jest przedmiotem wielkiej uwagi i troski. Wiążemy z nią wiele nadziei, wiele wartości społecznych do zdobycia, uważamy ją niejako za próbę ustawy o powszechnem wychowaniu fizycznem, nieobowiązującej formalnie, lecz zobowiązującej istotnie obywateli kraju do jej wykonania. Zobowiązującej istotnie dla dobra osobistego, rodziny, pokoleń następnych, dla dobra kraju. Roczne doświadczenie, krótkie — bo zaledwie roczny jubileusz istnienia tej odznaki w życiu, daje nam możność orjentacji — w dokonanem dziele i także możność poczynienia wskazań na przyszłość. Te względy zadecydowały, że sprawa POS znalazła się na porządku obrad dzisiejszego zebrania i referowana jest przezemnie, niejako z obowiązku sekretarza Rady, która w pracach nad POS posiada swoją własną kartę.

Rok pracy nad POS, rok zdobywania odznak tych przez młodzież naszą, ujawnił konieczność przeprowadzenia pewnych zmian, zarówno zasadniczych, jak i technicznych. Odznaka była równie starannie w życie wprowadzona, jak i pieczołowicie kontrolowana. Zebrane z terenu praktyki doświadczenia skoro tylko ujawniły potrzebę niektórych zmian — natychmiast Państwowy Urząd przystąpił do ich wprowadzenia. Zmiany te już zostały wprowadzone. Odznaka została ulepszona Rok obecny, drugi z rzędu rok istnienia odznaki, już ją zastaje w formie zmienionej, udoskonalonej i przystosowanej do wymagań życia. Tempo, w jakiem ulepszenia te zostały dokonane,

jest godne podkreślenia, i raz jeszcze mówi o tem, jak wiele wagi przywiązują władze państwowe do powodzenia tej odznaki w życiu. Że ciężar tej wagi nie został przez czynniki państwowe przeceniony — dowodzi fakt, że już w pierwszym roku odznaka zyskała powodzenie znaczne, że w społeczeństwie zrozumiana została właściwie i oceniona pomyślnie. Dowodzą tego dokładne dane statystyczne o których mówić będę dalej za udzielenie mi których pragnę złożyć podziękowanie PUWF. Cel i zadania POS, która istnieje w szeregu krajów europejskich, doskonale i lapidarnie ujmuje w swym tekście państwowa odznaka sportowa sowiecka, która mówi hasłem: „bądź gotów do pracy i obrony". Takie jest rzeczywiście naczelne zadanie państwowej odznaki sportowej. Dlatego chcemy dla niej powszechności. Dlatego przywiązujemy do niej tyle wagi i dlatego uważam ją jakby za ustawę o powszechnem wychowaniu fizycznem, która nakłada na wszystkich obywateli kraju dobrowolny obowiązek, usankcjonowany dobrem społecznem i dobrem państwa, obowiązek wysiłku dla jej zdobycia.

Państwowa odznaka sportowa ma za zadanie trzymać wszystkich obywateli kraju w wieku od lat 14 do starości późnej lecz tęgiej w pogotowiu zdrowia i sprawności fizycznej, w poczuciu własnych sił i niepoddawaniu się niszczącym mocom życia. Stwarza możliwości określone, sprawdziany konkretne, po wypróbowaniu których, po zdaniu egzaminu z tych prób, człowiek może sobie powiedzieć: Jeszcze jestem sprawny, silny, młody. Jeszcze mogę służyć swojej rodzinie, swojemu społeczeństwu, swojemu krajowi. Jeszcze mi daleko do gnuśności, nieudolności, rozkładu moich sił fizycznych, które stanowią podstawę możliwości życiowych. Że tak jest — legitymuję się wam wszystkim małym znaczkiem, któremu na imię, POS

Jakimś starożytnym prototypem koncepcji odznaki sportowej jest znana historja starogreckiego atlety, opowiedziana przez Pauzanjusza. Pauzanjusz mówi o niejakim Tymantesie z Kleonu, który był mistrzem olimpijskim w pięcioboju. W wieku dojrzałym Tymantes nie przestawał dbać o utrzymanie swojej sprawności fizycznej. Wynalazł sobie w tym celu miernik, sprawdzian ciekawy, na czasy ówczesne charakterystyczny. Kiedy już nie brał udziału w zawodach — próbował codzień swych sił, napinając wielki łuk. Pewnego dnia, a był już wtedy starym człowiekiem, wróciwszy do domu po dłuższej podróży, Tymantes nie zdołał napiąć łuk, nie zdołał wykonać swojej próby sprawności nie zdobył „odznaki sportowej". Wówczas, zrozpaczony, rozpalił wielkie ognisko i rzucił się w nie.

Jest państwowa odznaka jakgdyby dokumentem widzialnym, którym obywatel legitymuje się ze swej fizycznej sprawności. Jeśli zdołamy ideą odznaki porwać młodzież i tych ludzi z pokolenia dorosłych, którzy przeszedłszy przez szkołę sportu rozumieją doniosłość panowania nad swym sprawnym aparatem sił fizycznych, jeśli stworzymy z POS-u legitymację, którą jej posiadacz będzie się chlubił, wtedy mamy sprawę wygraną. O zdobycie POS tak jak o szczepienia ochronne zabiegać będą wszyscy.

POS, ten swego rodzaju miernik sprawności fizycznej w społeczeństwie, obejmuje takie grupy ćwiczeń, które mówią — razem wzięte — o wszechstronności zdobywcy POS Każdy kandydat do POS ma przed sobą do wyboru po jednem ćwiczeniu z każdej grupy. Każda grupa obejmuje ćwiczenia według kategorji: siły, zręczności, wytrzymałości i szybkości. Do tego dochodzi grupa sportów obrony narodowej Kandydat wybiera sobie te ćwiczenia, te sporty, które mu odpowiadają najbardziej. Dla każdej kategorji wieku przepisane są inne wyniki. Naturalnie, forytowany jest wiek dojrzalszy. Minima wyników są takie, że każdy przeciętnie zdrowy człowiek i przeciętnie uprawiający sporty może je osiągnąć z łatwością. Nie chodzi w POS o sam wynik, lecz o wykazanie sprawności, danemu wiekowi przynależnej. Naturalnie tę sprawność chcemy podnosić, to też bez prowadzenia w życiu codziennem tych ćwiczeń nie wystarczy przyrodzonej sprawności, która przedwcześnie zamienia się na przyrodzoną niesprawność, do zdobycia POS.

POS nie może być zdobyta dożywiotnio. Tylko ten może się nią legitymować, kto rzeczywiście dysponuje taką sprawnością fizyczną, o jakiej mówi odznaka nie w przeszłości, lecz obecnie, w chwili bieżącej. To też odznaka ulega w określonych czasokresach jakgdyby przestarzeniu i przedawnieniu. Przestaje być ważna po dwu latach. Trzeba ją wtedy zdobywać na nowo, trzeba na nowo udowadniać, że noszona legitymacja POS jest rzeczywistym wykładnikiem sprawności ruchowej człowieka w danym okresie czasu, nie zaś — jednorazowym sukcesem przeszłości. Odznaka przeto jakgdyby zmusza i zachęca do uprawiania stale ćwiczeń cielesnych, stwarza tak cenny nałóg sportu.

Przez użycie w tytule nazwy słowa „państwowa" stwierdzamy, że państwu zależy na tem, aby jego obywatele byli sprawni, bo w interesie państwa leży tężyzna fizyczna obywateli. Ze względu na zdrowie kandydatów do prób — każdy z nich musi uprzednio uzyskać zgodę lekarza.

W obecnej swojej konstrukcji, po przeprowadzeniu ulepszeń, po dokonaniu zmian w minimach technicznych, które naogół zostały znacznie obniżone, Państwowa Odznaka Sportowa idzie obecnie w drugi rok swego życia. Będziemy za rok rozporządzać nową sumą doświadczeń, która nam powie lepiej niż rok ubiegły, o powodzeniu odznaki w życiu.

Pierwszy rok istnienia odznaki dał nam następujące cyfry statystyczne: ogółem w szkołach na terenie całej Polski zdobyto 8086 odznak, w tem chłopców 7222, dziewcząt — 786. W wojsku wydano 6191 odznak. Ponadto kategorja — „inni" zdobyła odznak w grupie kobiet 328, w grupie mężczyzn — 2596. Razem 17.141. Jeśli chodzi o podział na województwa — pierwsze miejsce pod względem absolutnym zajmuje wojew. lwowskie 2654, dalej Białostockie — 2521, Poznańskie — 2188. Na czwartem miejscu — Warszawskie 1600. Najmniej — Stanisławowskie — 53.

Pierwsze miejsce w zdobyciu odznak w stosunku do ogółu ludności zajmuje wojew. Białostockie, dalej: Pomorskie, Poznańskie i Nowogródzkie.

Z cyfr przytoczonych wynika jasno, że szczególne zainteresowanie i zrozumienie wywołała odznaka w wojsku i wśród młodzieży szkolnej. Jest to objaw zrozumiały. Młodzież szkolna, odsunięta w znacznej mierze od zawodnictwa, nie posiadała dotąd sprawdzianów swojej sprawności. Zdobyła ją teraz w postaci POS i garnie się do niej. Będzie się do niej garnąć jeszcze więcej, jeśli znajdzie poparcie u swych wychowawców. Szczególne znaczenie mieć może POS dla młodzieży szkół powszechnych, która nie posiadając fachowych wychowawców fizycznych, szczególniej dotkliwie odczuwa brak kierunku w swojej pracy. POS będzie także pomocną i dla wychowawców w szkolnictwie powszechnem, które dzięki odznace znajdzie jakgdyby cel swojej pracy, znajdzie moment zainteresowania dzieci, a dzieci same zdobędą zrozumiałą zachętę do utrzymywania swojej sprawności fizycznej, co dwa lata stając do prób na odznakę. Raz zdobytej legitymacji: „jestem zdrów, silny, sprawny i każdy o tem może wiedzieć, bo mam odznakę", młodzież nie będzie chciała utracić. Znaleźliśmy więc jakgdyby drogę, po której młodzież iść będzie dalej w życie w zgodzie ze szkołą sportu.

To samo da się powiedzieć o wojsku. Ono także zdobyło określone sprawdziany, określone mierniki swej pracy nad usprawnieniem przyniosą nam wiadomość, że niema w wojsku żołnierza, który nie zdobył POS. To jest ważne i dla lat późniejszych, kiedy młody czło-

wiek ukończy służbę wojskową, lecz zapewne a nawet napewno w olbrzymiej swej większości nie zechce przedawnić swej legitymacji sprawności fizycznej. Będzie ją niewątpliwie odnawiał stale, co dwa lata. W małych miasteczkach i po wsiach posiadanie odznaki będzie faktem godnym uwagi. Kto wie, czy przez wojsko i przez szkołę POS nie odegra roli decydującej w rozpowszechnianiu idei zdrowia i sprawności fizycznej w odniesieniu do wsi polskiej i małych miasteczek.

Jeśli pierwszy rok POS pozwala nam optymistycznie zapatrywać się na dalszy rozwój odznaki w szkole i wojsku, to natomiast musi obudzić zdziwienie fakt, że kategorja „innych" tak niewiele odznak w porównaniu z pierwszemi dwiema kategorjami zdobyła. Pod wyrazem „kategorja innych" mieszczą się członkowie klubów sportowych i niestowarzyszeni. Nie mam, niestety, ścisłego podziału na te dwie grupy, ale — jak się orjentuję w stosunkach stolicy — raczej niestowarzyszeni niż członkowie klubów sportowych w tej kategorji „innych" przeważają. Energiczna praca Ośrodków wychowania fizycznego, podjęta na rzecz nietylko propagandy POS, ale wprost nad zdobyciem i przygotowaniem do niej ludzi zebranych niemal z ulicy, z ogłoszeń w pismach, jeśli nawet nie dała pożądanych rezultatów, to w każdym razie dokonała propagandy ogromnej i spopularyzowała odznakę w szerokich kołach społeczeństwa, przygotowując sobie niejako teren pracy. Ośrodki wych. fiz., odwołując się do wszystkich chętnych, przeprowadzając treningi za darmo, na terenach bezpłatnie udzielanych, wciągają do pracy nad sprawnością fizyczną szeregi ludzi dotąd dla tej sprawy zupełnie obojętnych.

Jeżeli ośrodkom w. f., widząc ich wytężoną działalność w dziedzinie POS, nie można stawiać wymagań większych, to natomiast na apel żywy zasługują kluby. One to powinny dla tych swoich członków którzy nie uprawiają sportu zawodniczo, wprowadzić obowiązek POS. Żaden kibic klubu nie może być od tego zwolniony. Posiadanie POS winno być absolutnym obowiązkiem każdego członka klubu. To już jest minimum żądań, jakie w tej dziedzinie należałoby postawić klubom. One same, w swoim interesie, gdyby tylko zrozumieć to chciały, winny zaprowadzić na swoich częstokroć pięknych a niezawsze wykorzystanych terenach treningi na POS dla niestowarzyszonych za minimalną opłatą, jeżeli już nie bezpłatnie. Byłaby to znakomita droga nietylko do upowszechnienia POS, lecz także i do zdobycia nowych kadr członków w klubach.

Dotychczas działalność w tym kierunku na terenie stolicy zapowiada Legja, który na swój piękny stadjon im. Marszałka Piłsudskiego zaczyna wpuszczać bez opłaty — młodzież niestowarzyszoną, dając jej własnych instruktorów do nauki. Przykład, który oby się stał zaraźliwym.

W stosunku do klubów należałoby użyć wszelkich możliwych dróg przymusu i zachęty dla rozpowszechniania POS. Przymus jest możliwy tam, gdzie kluby korzystają z pomocy państwa. Zachęty możnaby poszukać w ustanowieniu nagród wędrownych dla klubów, które w danym roku wykażą się maksymalną cyfrą członków (absolutną i względną), posiadających POS.

Jeszcze jest jeden teren, na który POS winien być wprowadzony obowiązkowo. Terenem tym jest młodzież akademicka. Zdobycie POS i utrzymanie jej przez lata studjów akademickich winno stanowić minimum sprawności fizycznej młodzieży akademickiej.

Dostępna dla wszystkich, każdemu stawiająca warunki dostosowane do wymogów płci i wieku, stwarzająca wyraźne kryterja sprawności fizycznej, a w pewnej mierze — kryterja użyteczności życiowej, stać się winna POS celem, którego zdobycie winno obowiązywać moralnie każdego obywatela kraju. Byłoby może celowem, gdyby ten obowiązek moralny nacechowany został przymusem w odniesieniu do: młodzieży szkolnej i akademickiej, członków klubów sportowych i stowarzyszeń w. f. oraz — wojska.

DYSKUSJA NAD REFERATEM O „P. O. S."

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Referat jest doskonały, szczególnie jako referat propagandowy. Dlatego — chociaż to nie było w zwyczaju — zwracam się z prośbą do prezydjum o zezwolenie na ogłoszenie tego referatu w prasie codziennej i to nietylko w pismach sportowych poważniejszego charakteru, ale również w prasie codziennej, nie pogardzając żadnym takim dziennikiem, który ma duże koło czytelników. Przy pewnym nacisku i staraniach ze strony odpowiednich czynników możnaby tak zrobić, żeby ten referat był umieszczony z podpisem autorki, ale już jako opinja Rady. W tej postaci, w jakiej on jest teraz, może nie całkowicie kwalifikowałby się do szerokiej publikacji, gdyż tam są rzeczy fachowe, które trzebaby skreślić. Pierwsza część i zakończenie, ma taki rozmach, który przemawia do przekonania.

Otóż — to jest jedna rzecz, którą pozwalam sobie przedłożyć pod adresem prezydjum, ponieważ my tego uchwalić nie możemy. Druga rzecz: wyrażam radość z tej dużej liczby uzyskanych Odznak Sportowych. Kolega Piasecki ma większą radość, ponieważ od niego ten wniosek wyszedł.

Zanim przystąpię do omówienia trzeciej kwestji, bardzobym prosił, żeby wszyscy starali się mnie dobrze zrozumieć, że nikogo nie będę atakował, a specjalnie chcę prosić Prezesa Związku Związków, ażeby nie wziął tego jako zarzut, lecz jako przykład. Mają różne Związki swoje własne Odznaki. Jest bardzo trudną rzeczą, żeby P. O. S. miałaby być czemś niższem, niż odznaka związkowa. Obecnie jednak tak jest, niestety. Teraz to się uważa, że ta Odznaka Państwowa jest dla gorszych, bo wybitni sportowcy mają odznakę swego związku. W tym względzie nie można wydawać żadnych zakazów ani nakazów. Nie mamy egzekutywy, żeby to zmienić. Związki powinny mieć swoją odznakę, tylko należałoby te rzeczy trochę zbliżyć: wymagania do najniższych stopni Odznaki Sportowej trzebaby zbliżyć do najniższych stopni odznaki związkowej. Przekonałem się, że wymagania odznaki związku narciarskiego są o wiele wyższe, niż P.O.S. i to do tego stopnia, że bardzo wytrenowany narciarz uzyska ją bez trudności, ale osoba, która nie specjalizuje się w narciarstwie, choć ma zaprawę fizyczną, tylko z dużym wysiłkiem osiągnie, wymagania, stawiane przez Związek Narciarski. W kategorji wieku ponad lat 17 do odznaki narciarskiej ma się do wykonania 8 kilometrowy bieg w czasie 1 : 22,00, gdy tymczasem do Odznaki Sportowej przepisy wymagają powyżej lat 17 tylko 5 klm. biegu. Różnica wymagań jest taka, że narciarz ze związku musi osiągnąć szybkość 1 klm. w ciągu 10 min. a do P. O. S. wymagania są znacznie łagodniejsze, gdyż wynoszą 10,6 min. Jest różnica i dlatego mówię, żeby Komisji Lekarskiej poruczyć zbadanie tych różnic i poprostu zastanowić się nad tem, czy gdzieś nie należałoby wprowadzić pewnych modyfikacyj i wymagania te zbliżyć do siebie.

Płk. JULJUSZ ULRYCH:

O ile to jest możliwe, to prosiłbym, żeby referat p. Muszałówny, niezależnie od umieszczenia go w prasie, mógł wyjść w formie specjalnej odbitki, gdyby znalazł się na to fundusz.

Uzupełniając to, o czem mówił p. Dziekan, sformułowałem na poczekaniu następujący wniosek:

„Rada Naukowa wypowiada przekonanie, że wszyscy czynni sportowcy, zrzeszeni w klubach i związkach sportowych, jako warunek przyjęcia lub uczestnictwa w zawodach winni posiadać P.O.S".

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Po tym pięknym referacie znajduję się w trochę kłopotliwem położeniu, ponieważ nie wiem, jak wyglądają te zmiany, które p. Referentka przedstawiła, jako rzeczy już dokonane.

Ppłk. ZIĘTKIEWICZ:

Zmiany idą w kierunku obniżenia wymagań minimów. Zresztą innych zmian niema. Przeważnie są one w górnych kategorjach dla roczników starszych, w wieku dojrzałym powyżej lat 34.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Od kategorji E, F, G.

Prof dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

W takim razie to nie dotyczy zupełnie młodzieży akademickiej.

To napawa nas otuchą co do przyszłości, zwłaszcza, że ze strony prezesa Związku Związków Sportowych Ulrycha widzimy taką inicjatywę. Lepiej jest, że on to podnosi, niż gdyby wychodziło to zzewnątrz. Skoro prezes Z. Z. S. na Radzie Naukowej Wych. Fizycznego chce wprowadzić pewne dla świata sportowego zobowiązania, to trzeba temu tylko przyklasnąć.

Na terenie akademickim nie chciałem żądać niczego innego, tylko zaczęcia od A. Z. S., bo A. Z. S. zupełnie nic nie zrobił i to jest jeden z takich małych skandalów uniwersytecko-sportowych, świadczących o tem, z jakim trudem niektóre pojęcia wnikają do mózgów zupełnie oświeconych. Sądzę dlatego, że trzeba koniecznie te wnioski uchwalić oraz rozpowszechnić jaknajbardziej referat p. Muszałówny aby sprawa P. O. S. wzięła jeszcze większy rozpęd. W szkolnictwie sprawa ta powinna posuwać się z miejsca daleko raźniej, tak, abyśmy w uniwersytetach otrzymywali materjał ludzki posiadający P. O. S.

Nie wiem, czy nie będzie tu właściwe miejsce powiedzieć różnym uczelniom wychowania fizycznego, że one powinny również zająć w tej sprawie stanowisko. Uczelnie te nie powinny przyjmować nikogo bez Odznaki Sportowej. Chciałbym, ażeby wszystkie trzy uczelnie uzgodniły między sobą sposób postępowania w tej kwestji. Sądziłbym, że przynajmniej ta kategorja naszych studjów, zwana pełnemi, upo-

ważniająca do magisterjów, winna wykluczać od przyjęcia studentów, którzy nie przychodzą z gimnazjum z Odznaką Sportową.

Co do studjów innych, trzebaby postępować łagodniej. Powinny one przyjmować taki materjał ludzki, który daje nadzieję, że w ciągu roku uzyska tę Odznakę.

Co się tyczy młodzieży w wieku akademickim, to jak p. Pułkownik stwierdził, nie byłoby P. O. S. w naszym regulaminie żadnych obniżek minimów. (Głos: Są, ale w dwóch, trzech ćwiczeniach). Bardzo dobrze byłoby, żebyśmy w przyjmowaniu kandydatów na nasze studja w. f. poprzestawali pod względem ogólnej sprawności fizycznej na Odznace.. Zatem pod względem sprawności fizycznej może być ona uznana za dostateczne przygotowanie i pozatem uwzględniać tylko niektóre rzeczy: gimnastycznie go zbadać, czy potrafi jakieś lekcję odgimnastykować i t. p.

Wizytator ZYGMUNT WYROBEK:

P. sekretarka Rady w swym referacie podniosła, że młodzież powinna się garnąć do Odznaki Sportowej, prof. Piasecki zaś wspomniał, że winna ona nabierać jaknajwiększego pędu w tym kierunku. Z tego wynika, że młodzież ma unikać wszystkiego, coby ten pęd mogło hamować, a trafiają się wypadki, które wyglądają niepokojąco. Jeden z takich faktów podam do wiadomości Rady.

W pewnym poważnym zakładzie młodzież odmówiła ubiegania się o Odznakę Sportową, bo koledzy ich z zeszłego roku nie dostali nic, mimo starania się o Odznakę. Naturalnie, natychmiast interwenjowałem w komitecie wojewódzkim w tej sprawie. Przypuszczam zresztą, że jest to sporadyczny wypadek, ale byłoby niedobrze, gdyby z powodu rozbieżności niektórych referatów takie rzeczy zachodziły. Trzeba zrozumieć psychikę młodzieży. Nie wiem, kto w te sprawy powinien wglądnąć i do kogo należy kompetencja, ażeby tego rodzaju przykrych rzeczy nie było.

Co do oświadczenia się prof. Piaseckiego, to zupełnie zgadzam się z nim a ponieważ jestem tylko członkiem Rady, więc nie jestem w tem kompetentny. Pan Dyrektor P. U. W. F. z pewnością porozumie się z zainteresowanymi i drogą wymiany listów te sprawy będą uzgodnione i jako wstęp — już w przyszłym roku będzie się przyjmować na wyższe studja w. f. tych, którzy mają P. O. S.

Dyr. ALEKSANDER BOBKOWSKI:

Co do odznaki narciarskiej specjalnie dla kobiet chcę zaznaczyć, że normy ustalone są tak niesłychanie niskie, że z całego terenu Polski przychodzą skargi, iż należałoby je podnieść. Naszych norm nie można indetyfikować z normami ustalonemi dla uzyskania P. O. S., który przewiduje normy w kilku sportach naraz. Każdy związek jednak chce podciągnąć swą sprawność i dlatego trudno będzie te rzeczy uzgodnić między sobą i postawić je na zupełnie jednakowej platformie.

Wiz. WALERJAN SIKORSKI:

Jak było zgóry do przewidzenia — P. O. S. rozwija się w dalszym ciągu przedewszystkiem na terenie szkoły i wojska. Zdaje się, że w szkolnictwie moglibyśmy nawet przyśpieszyć jej rozwój, o ileby się okazała potrzeba tego. Tą drogą poszło kuratorjum poznańskie, a mianowicie — wzięło za podstawę procentowych obliczeń zdobycie P. O. S. przez uczniów klasy 6-ej i 7-ej. Otóż zakład, którego uczniowie uzyskali przynajmniej w 90% P. O. S. jest zaliczony do grupy I, to znaczy uzyskuje pierwsze miejsce. Drugie miejsce zdobywają zakłady, których uczniowie klas najwyższych uzyskują odznakę w 70%. Wreszcie III klasą zakładów stanowią te, które zdobyły odznakę w 50%-ach.

Jakiego rodzaju są nagrody? Najwyższą nagrodą dla pierwszej kategorji jest proporzec wykonany artystycznie; inne kategorje uzyskują tylko zdjęcia fotograficzne tego proporca.

Jakie są zapatrywania młodzieży na P. O. S.? Niektórzy z nich powiadają: P. O. S. posiada z tego względu wartość, ponieważ w niej państwo uznaje moją wartość, jako przyszłego obywatela. Jest to powiedzenie dobrze świadczące o tem, że młodzież zdaje sobie sprawę z przyszłego swego obowiązku.

Kwestja, którą poruszył płk. Ulrych jest niezwykłego znaczenia z tych właśnie względów, że nakaz może być nietylko zgóry. Dlatego oświadczenie p. Pułkownika należy powitać z radością. O ile rozumiem dobrze p. Pułkownika, uważa on za konieczny warunek dopuszczenia do zawodów sportowych zdobycie P. O. S., a zatem nietylko do zawodów ale i do uzyskania specjalnej Odznaki Sportowej.

Płk. dypl. JULJUSZ ULRYCH:

Byłby to warunek przyjęcia, względnie uczestnictwa w związkach.

Wiz. WALERJAN SIKORSKI:

Gdyby to można było wyraźnie powiedzieć! Kwestja ta miałaby ogromnie doniosłe znaczenie, a szczególniej dla specjalistów w sporcie.

Wreszcie co do zmiany warunków byłoby rzeczą ogromnie pożądaną, ażeby w przyszłości te zmiany warunków nie były częste. Powinniśmy najpierw nabyć naprawdę przekonanie jakie są błędy, a dopiero później będziemy mogli je usuwać. Zmiany, dotyczące tych wyższych kategoryj wieku są konieczne dlatego, że właśnie ta wyższa kategorja jest może najlepszą propagandą dla odznaki.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Co się tyczy wniosku p. prof. Ciechanowskiego, to jestem zdania, że Komisja Lekarska może zająć się rozpatrzeniem warunków odznak, ale dążenie do ujednostajnienia jest niemożliwe z tego względu, że odznaki poszczególnych związków są odznakami specjalnemi, a P. O. S. jest odznaką, która musi mieć niższą punktację, ponieważ wymag większej wszechstronności. Nic dziwnego, że narciarska będzie wyższa, a P. O. S. niższa w swoich wymaganiach, bo ta ostatnia obejmuje 6 wyczynów, więc poziom będzie niższy.

Cyfra zdobytych dotąd P.O.S'ów jest bardzo pocieszająca i wynik 17,000, jak na rok próby, bardzo piękny. Jeżeli cyfry te poddamy analizie, to w jej świetle żądanie klubów o dopuszczenie młodzieży w charakterze członków klubów staje się zupełnie bezprzedmiotowem. P. O. S'u — znaku obywatelskości — kluby nie starały się zupełnie zdobyć, gdyż na 17.000 przypada jedynie 368 uzyskanych przez zrzeszonych sportowców. Gdzież jest obywatelskie wyrobienie klubów? To jest zestawienie, które kładzie tamę żądaniom ich w sprawie dopuszczenia młodzieży. Kluby muszą najpierw zdać swój egzamin. Niech z pośród 300.000 sportowców, zrzeszonych w Z. Z., zdobędzie odznakę tylko 15.000, to wtedy będziemy mogli o tem mówić. Prace te mogą kluby rozpocząć razem z młodzieżą, ale do tego czasu niema mowy o tem, aby mogły one sobie rościć jakiekolwiek pretensje. Jest to argument, popierający zakaz Ministerstwa Oświaty.

Co się tyczy wniosku, sformułowanego przez p. płk. Ulrycha, to wydaje mi się, że jest on zadaleko idący. Wymaga on powszechności, czyli objąłby tych 300.000 sportowców. Ostrożniej będzie, jeśli powiemy — na wniosek prezesa Z. Z., że do zawodów nie należy dopuszczać tych, którzy nie mają P. O. S. Wówczas nasze asy będą

mogły wykazać się wszechstronnością i może wtedy wyzbędą się swej ekskluzywności, nerwowości i t. d. Uchwalać tego nie będziemy, gdyż nie jesteśmy w stanie nikomu uchwały takiej narzucać. Jako Rada Naukowa stwierdzamy jedynie, że uważamy za pożądane, by sportowcy, stający do zawodów, wykazali się posiadaniem P. O. S.

Płk. dypl. JULJUSZ ULRYCH:

Ja bardzo chętnie idę na propozycję p. Generała.

Jasną rzeczą jest, że sport do P. O. S. jeszcze się nie zabrał. Przy tej sposobności chcę zaznaczyć, że na terenie sportu ujawnia się dążenie do tego, aby wyjednać zmianę okólnika ministra W. R. i O. P., który zakazuje młodzieży szkolnej uczestnictwa w klubach sportowych. Wielu członków Rady Naukowej ma szereg objekcji, które wypowiadane były również na terenie Z. Z. Pozwolę sobie na wypowiedzenie jednej uwagi, korzystając z obecności p. Ministra. Chodzi o to, co jest lepsze: czy tajność uczestnictwa młodzieży szkolnej w klubach, która przyjęła bardzo szerokie rozmiary, czy ewentualnie jawność. Myśmy podjęli walkę z tą tajnością, ażeby być w porządku z Rządem w postaci Ministerstwa Oświaty.

Niemniej jednak stwierdzam, że różnica poziomów klubów zrzeszonych w Z. Z. w stosunku do klubów rozrzuconych na terenie całego kraju jest ogromna, tak, że nigdy nie uzyskamy pewności, czy ta młodzież szkół średnich należy do tych klubów, czy nie. Szereg chłopców wyleciało ze szkół z tytułu swego tajnego uczestnictwa w nich. Patrjotyzm poszczególnych klubów jest tak wielki, że będą chłopców ciągnęły, gdy w nich zobaczą tych przyszłych gwiazdorów. To zagadnienie wydaje mi się dość ostrem. Pragnę, ażeby p. Minister miał świadomość ostrości tego zagadnienia, bo ono występuje na całem terytorjum naszego kraju.

Osobiście, opieram się temu naciskowi świata sportowego. Dziś sprawa jest może niedojrzała; trudno jest przesądzać ją na przyszłość, ale ona jest dostatecznie ostra i warto, żebyśmy tę świadomość wszyscy posiedli.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Niezależnie od tego, że z punktu widzenia ściśle sportowego przynależność do klubów pozaszkolnych młodzieży szkolnej jest pożądana, z punktu widzenia wychowawczego jest to absolutnie nie-

możliwe. Środowisko sportowe jest bardzo poważnym czynnikiem wychowawczym. Może ono dawać niesłychanie dodatnie rezultaty, a mogą to być rezultaty bardzo złe. Gdyby nawet okazało się, że istnieje takie środowisko z zewnątrz szkoły, dające dobry wpływ, to dla mnie odstąpienie od zasady tej byłoby niemożliwe, bo wtedy kwestja ta byłaby otwarta dla wszelkich środowisk dobrych i złych.

Wiz. HELENA OLSZEWSKA:

Chcę dorzucić, że pociąg do klubów sportowych wypływa najczęściej z tego, że kluby stwarzają warunki, których młodzież w szkole nie ma. Należy więc iść po linji stwarzania jaknajlepszych warunków dla młodzieży przez tworzenie boisk i terenów sportowych szkolnych, a wtenczas młodzież nie będzie dążyć do klubów. Mamy dużo danych w tym względzie ze strony młodzieży, która sama tak to komentuje.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Co do jawności i tajności, to jest to broń obosieczna. Jeżeli Związek Związków Sportowych zastosuje ten argument do zagadnienia, które nurtuje cały sport polski, to jest do zagadnienia zawodowstwa, uważając, że jest lepsze jawne zawodowstwo, niż tajne, to i tu mógłby uważać, że lepsze jest jawne należenie do związków sportowych, niż tajne.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Lepsze jest tajne należenie z zachowaniem zdrowej zasady niż łamanie tej zasady.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Ja tylko chciałbym zapytać, jakie kluby w Polsce uważają państwo za odpowiednie do przyjmowania młodzieży szkolnej? Obawiam się, że p. Pułkownik Ulrych, jako prezes Z. Z., nie da nam tej wskazówki. *(Płk. ULRYCH: Legja)* Legja jest takim samym klubem, jak każdy inny, jest członkiem Ligi Piłki Nożnej. Z tego względu uważałbym, jako dwukrotny były prezes Legji, że atmosfera Legji nie nadaje się dla młodzieży szkół średnich gdyż walka w Legji jest nastawiona na walkę o punkty, co dla młodzieży jest nieodpowiednie.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Podkreślić chcę to, co powiedziała p. Olszewska, że pociąg młodzieży do kół sportowych zmniejszy się, kiedy nastaną odpowiednie warunki w szkolnictwie. Taką jest, niestety, polityka partyjnictwa klubowego, że trzeba z nią walczyć.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Na tem dyskusję nad P. O. S. kończymy z tem, że apel pułkownika Ulrycha w sformułowaniu zmodyfikowanem, odnoszącem się do brania udziału w zawodach przyjmujemy jako apel.

Przystępujemy do następnego punktu porządku dziennego. Głos ma p. płk. Gilewicz.

KSZTAŁCENIE NAUCZYCIELI WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W POLSCE.

Pułk. dr. Z. GILEWICZ — dyrektor C. I. W. F.

Polska posiada trzy uczelnie kształcące nauczycieli kierowników niezbędnych dla całokształtu prac na polu wychowania fizycznego szerokich mas. Dwie z tych uczelni w Krakowie i Poznaniu są studjami uniwersyteckiemi z trzyletnim kursem i mają za zadanie kształcenie wyłącznie nauczycieli ćwiczeń cielesnych dla szkół średnich. Po ukończeniu tych studjów i napisaniu pracy naukowej absolwenci otrzymują stopień magistra wychowania fizycznego, uprawniający do prowadzenia wychowania fizycznego w szkole średniej z tem, że po dwu latach praktyki muszą oni złożyć specjalny egzamin pedagogiczny. Słuchacze studjów uniwersyteckich wychowania fizycznego mogą równolegle odbywać studja na innych wydziałach uniwersytetu, a wtedy po zadośćuczynieniu warunkom wymaganym przez te wydziały, otrzymywać mogą również stopnie magistrów z innych działów, a co zatem idzie prawo do nauczania w szkole średniej oprócz wychowania fizycznego również innych przedmiotów. Układ programów uniwersyteckich studjów wychowania fizycznego obok pełnego trzyletniego studjum przewiduje również studjum trzyletnie uproszczone, przeznaczone dla tych słuchaczy poszczególnych wydziałów uniwersytetu, którzy, pragnąc poświęcić się pracy pedagogicznej, za główny przedmiot nauczania obrali sobie jeden z przedmiotów wchodzących w program nauczania w szkole średniej, a posiadają również kwalifikacje do kierowania wychowaniem fizycznem dziatwy i młodzieży szkolnej. Takie umożliwienie uzyskania prawa równoczesnego nauczania dwu przedmiotów w szkole średniej, z których jednym będzie wychowanie fizyczne, ma na celu z jednej strony umożliwienie szkołom większej swobody w układzie programów i oszczędności wynikającej z obsady personalnej etatów szkoły, z drugiej zapewnia nauczycielom ćwiczeń cielesnych, na wypadek utraty

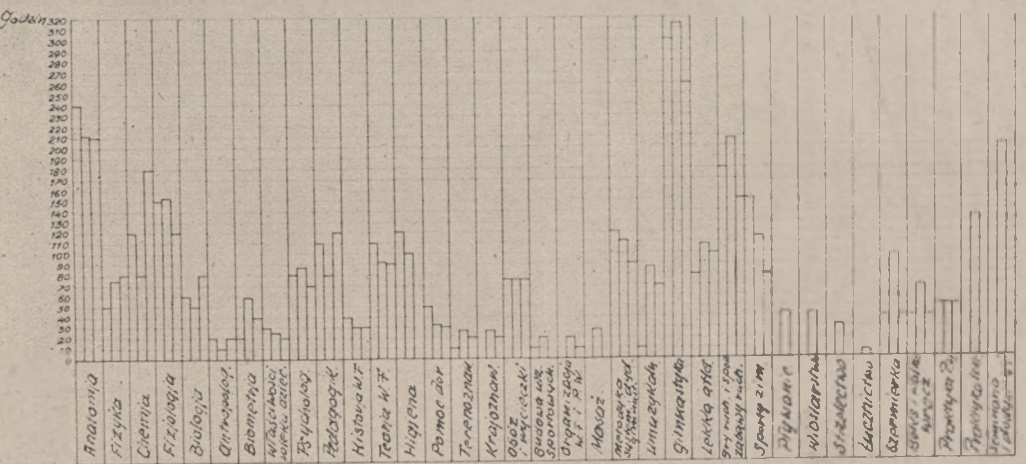
przez nich zdolności fizycznych niezbędnych do prowadzenia ćwiczeń cielsnych, wycieczek, sportów i t. p., możność dalszej pracy pedagogicznej na innem polu.

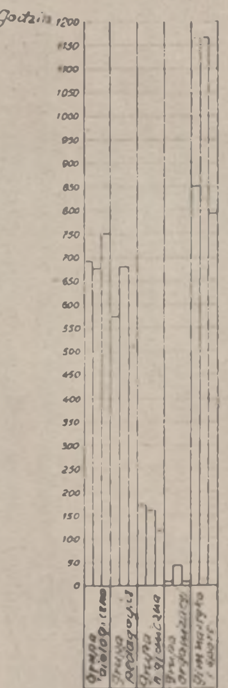
W przeciwstawieniu do studjów uniwersyteckich trzecia uczelnia, jaką jest Centralny Instytut Wychowania Fizycznego w Warszawie, stanowi typ szkoły kształcącej wyłącznie kierowników, instruktorów i wychowawców w zakresie wychowania fizycznego, niezbędnych dla szkoły średniej, stowarzyszeń, klubów organizacyj społecznych i t. p. Odpowiednio do tych celów Centralny Instytut Wychowania Fizycznego ma za zadanie położenie większego nacisku na stronę wychowawczą swych słuchaczy, osiągnięcie przez nich nieco wyższego stopnia usprawnienia osobistego i wpojenie wychowankom tych wiadomości, które są niezbędne nietylko wychowawcy i instruktorowi, ale także organizatorowi na polu wychowania fizycznego.

Jakkolwiek w celu ujednostajnienia programów nauczania we wszystkich trzech uczelniach i zunifikowania metod wychowawczo - wyszkoleniowych, programy tych uczelni zostały w ogólnych zarysach standaryzowane i jakkolwiek Centralny Instytut Wychowania Fizycznego w przeciwieństwie do studjów uniwersyteckich posiada kurs 2-letni to jednak nieco szerszy zakres celów i prawie identyczny dla wszystkich trzech studjów program nauczania osiągnąć się dają przez to, że wychowankowie mieszkają w internacie Instytutu, mają skrócone w stosunku do słuchaczy studjów uniwersyteckich okresy wakacyjne i część swego wyszkolenia odbywają w specjalnych obozach letnich, organizowanych w okresie feryj letnich, kiedy słuchacze uniwersyteckich wydziałów są wolni od obowiązkowych studjów.

Zunifikowane programy wszystkich trzech uczelni obejmują jako podstawę teoretyczną wyszkolenia słuchaczy, fizykę, chemję, anatomję, fizjologję, biologję, higjenę, psychologję, pedagogikę oraz właściwości wieku dziecięcego związane z fizjologją rozwoju młodocianego organizmu, a także najczęściej spotykanemi formami uchyleń od normy rozwojowej, wreszcie antropologję i biometrję obejmujące zarówno właściwości rasowe jak i konstytucyjne typów ludzkich. Osobną grupę wiedzy teoretycznej stanowi teorja wychowania fizycznego i sportów oraz metodyka i systematyka gimnastyki. Dział praktyczny w programach uczelni wychowania fizycznego obejmuje gimnastykę, lekką atletykę, gry i zabawy, szermierkę, walkę wręcz, pływanie, wioślarstwo, łyżwiarstwo, narciarstwo, saneczkowanie, strzelectwo i łucznictwo, turystykę i obozownictwo. W programach praktycznych, zwłaszcza w okresie obozów letnich, dużo uwagi po-

ZESTAWIENIE GODZIN NAUCZANIA W UCZELNIACH W. F.





Uwaga: W rubryce każdego przedmiotu I kolumna przedstawia Studjum W. F. w Krakowie
II — „ — — „ — Centralny Instytut Wych. Fiz.
III — „ — — „ — Studjum W. F. w Poznaniu

święca się turystyce i obozownictwu. Nieco osobny dział nauczania praktycznego stanowią: pomoc w nagłych wypadkach, masaż i gimnastyka wyrównawcza dla dzieci upośledzonych. Ogólna ilość godzin poświęconych w uczelniach w. f. poszczególnych przedmiotom stanowi 3000—3100 godzin wykładów i ćwiczeń, z czego połowa przypada na wiedzę teoretyczną, a połowa na praktykę.

Ponieważ główny wysiłek pracy nad wychowaniem fizycznem młodzieżyześrodkowuje się na szkole, do pracy w której w przeważającej liczbie są przeznaczeni słuchacze i słuchaczki uczelni wychowania fizycznego, przeto zwróconą jest pilna uwaga na należyte ich przygotowanie do zawodu. We wszystkich uczelniach kładzie się nacisk na wpojenie słuchaczom i słuchaczkom umiejętności metodycznego prowadzenia lekcji ćwiczeń cielesnych i kierowania młodzieżą w grach, zabawach i rozrywkach sportowych. W tym celu każdy uczeń musi przeprowadzić samodzielnie conajmniej 10 lekcyj w obecności instruktora z młodzieżą szkolną, pozatem wychowankowie Centralnego Instytutu, poza swojemi studjami i pracami programowemi, wykazać się muszą pracą wśród dziatwy szkolnej i młodzieży, stwierdzającą zamiłowanie do swego zawodu, powołanie wychowawcze i znajomość psychologji wieku dziecięcego. Stan zdrowotny młodzieży powojenej i skutki zaniedbania jej rozwoju fizycznego w okresie rozbioru Polski, zmusiły rząd do zwrócenia szczególnej uwagi na zdrowotne walory środków, jakiemi dysponuje współczesne wychowanie fizyczne. Stąd pochodzi zasadnicze przyjęcie systemu nordycznego gimnastyki, jako podstawy metodycznej wychowania fizycznego mas, a w szczególności młodzieży szkolnej. Pozatem, w przyjętym w Polsce systemie, kładzie się nacisk na te dziedziny wychowania fizycznego, które zmuszają dziatwę i młodzież do wychodzenia poza mury miast. Zasada ta doprowadza do szczególnego uwzględnienia w programach uczelni wychowania fizycznego obozownictwa, turystyki, narciarstwa i sportów wodnych.

Specjalna rola jaką odgrywa Centralny Instytut Wychowania Fizycznego, przygotowujący nietylko nauczycieli ćwiczeń cielesnych w szkołach, ale kształcący również instruktorów i kierowników wychowania fizycznego dla stowarzyszeń, organizacji, klubów i t. p. zmusza do uwzględnienia w jego programach umiejętności organizowania i przeprowadzania zawodów, imprez i świąt sportowych.

Tak się przedstawiają w ogólnych zarysach programy nauczania w uczelniach wychowania fizycznego w Polsce. Są one dostosowane do potrzeb i możliwości realnych i stanowią pierwszą fazę swego

rozwoju, odpowiadającą konieczności uzyskania w możliwie szybkim czasie niezbędnej ilości wykwalifikowanych pracowników, potrzebnych do realizacji współczesnych zamierzeń rządu i narodu polskiego, w zakresie podniesienia stanu zdrowotnego i tężyzny fizycznej szerokich mas obywateli Rzeczypospolitej Polskiej.

DYSKUSJA.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Odnieśliśmy wielkie zwycięstwo na tym odcinku. Nie chcę żeby to było zrozumiane jako chęć zniwelowania wszystkich szkół, jednakowoż jednolitość metodyczna konieczna jest, jeżeli mamy mieć dobre rezultaty. Tę jednolitość mamy nadzieję osiągnąć i praca nad tą sprawą, która trwa od kilku lat doprowadziła już do pięknych rezultatów.

Chcę jeszcze podkreślić szczegół, który mógłby być źle zrozumiany w sprawozdaniu Dyrektora Państwowego Urzędu. Mianowicie o konferencjach międzyuczelnianych jest wzmianka w programach zbyt telegraficznie ujęta. Chodzi o to, żeby pewne działy rozszerzyć, a w praktycznych rzeczach zwęzić. Nam się zdawało, że ten pewien przerost w niektórych przedmiotach w Instytucie należy uregulować, co zresztą już zostało dokonane.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Chcę na terenie Wysokiej Rady powtórzyć jeszcze to, co powiedziałem na obu dotychczasowych konferencjach, że uważam działanie konferencyj międzyuczelnianych za rzecz niesłychanej wagi, za punkt zwrotny w rozwoju naszego kształcenia wychowawców fizycznych w Polsce. Nonsensem byłaby niwelacja kompletna. Zmiana tego rodzaju pracy pedagogicznej przyniosłaby więcej szkody aniżeli pożytku, ale pewne skoordynowanie pracy tych wszystkich uczelni jest konieczne. Między dwiema uczelniami istniało już takie porozumienie, natomiast porozumienia z trzecią uczelnią bardziej metodycznego i planowego dotychczas nie było. Porozumienie to które się obecnie zaczęło, stanowi olbrzymi krok naprzód, który zawdzięczamy p. Płk. Gilewiczowi. Jego bowiem inicjatywą była ta rzecz i on olbrzymią sumę owocnej pracy w to włożył.

Teraz jednak chodzi o przeprowadzenie tego planu bo to wszystko bardzo pięknie wygląda, unaocznione na dwuch tablicach, ale ja

się obawiam, że część tych pięknych barw nie wejdzie w życie w przyszłym roku akademickim z powodów budżetowych. Już wspomniano tutaj, że studja uniwersyteckie wychowania fizycznego walczą z trudnościami budżetowemi. Od samego początku są one postawione niesłychanie skromnie i pracują t. zw. godzinami zleconemi, czyli lektoratami. Wszystkie siły nauczające to element lotny, któremu się żadnego zapewnienia nie daje, żadnej przyszłości, nawet na parę lat. Wynagrodzenie magistrów jest niezłe od czasu rozporządzenia, natomiast wynagrodzenia ludzi, niemających stopnia uniwersyteckiego, są fatalnie niskie — 21 zł. od godziny w stosunku miesięcznym, co jest niesłychanie mało. Właśnie z powodu tych fatalnych warunków bardzo trudno jest uzyskać najlepsze siły instruktorskie.

Co gorsza nie możemy wielu rzeczy uruchomić, o których jesteśmy przekonani, że powinniśmy się zrównać z C. I. W. F. i pewne rzeczy przynajmniej na podobnej stopie postawić. Nie mamy na to środków. Dlatego wydaje mi się, że byłaby wszelka racja, abyśmy tu na Radzie Naukowej wyrazili przekonanie, że te małe brakujące pozycje budżetowe powinny znaleźć się dla owych studjów uniwersyteckich, istniejących w interesie sprawy tak ważnej, jaką jest kształcenie wychowawców, którzyby zupełnie odpowiadali tak pod względem praktycznym, jak i naukowym wymaganiom, jakich Polska ma prawo żądać.

Sumy te powinny się znaleźć pomimo obecnych złych czasów. Gdy państwo zrobiło już tak piękne inwestycje jak C. I. W. F., to oczywiście nie może stanąć wpół drogi i zawahać się przed drobnemi wydatkami na te rzeczy, jakie wymagają małych zaokrągleń budżetowych w niektórych specjalnych działach. Chodzi przedewszystkiem o ćwiczenia, których mamy zamało, w których nie mamy zresztą zamiaru dorównać C. I. W. F., ale nie chcemy także, ażeby nasi wychowawcy fizyczni zanadto pozostawali wtyle za trzecią najszczęśliwiej usytuowaną uczelnią wychowania fizycznego w Polsce.

Minister JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Proszę, ażeby Rada nie zgłaszała dezyderatów choćby bardzo ważnych, ale które jednak ze względu na trudności finansowe są niemożliwe do przeprowadzenia.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Studjum poznańskie pracuje w zakresie 50 tys. złotych rocznie, krakowskie — 30 tys. rocznie. Dotychczas budżety nasze są rozbite.

Wyodrębnienie budżetów studjów byłoby wielką ulgą, stwarzałoby pewność co do tego, z czem mamy do czynienia. Chodzi o to, ażeby w senacie nie było walki o godziny zlecone, które zostają zabierane na rzecz innych przedmiotów.

Ppłk. dr. WŁADYSŁAW DYBOWSKI:

Chciałem się zapytać o praktyki lekcyjne. One figurują w C. I. W. F. a w studjum poznańskiem i krakowskiem nie są zaznaczone.

Pułk. dr. ZYGMUNT GILEWICZ:

Wolne rubryki istnieją tam, gdzie niema dokładnych zestawień między C. I. W. F. a studjami. Ponieważ nie były ustalone ścisłe cyfry, więc nie uważałem się za uprawnionego do wyrysowania odpowiedniego słupka. Nie znaczy to jednak, że tego wogóle nie było.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Na wykresie przeoczono również dość ważny przedmiot, mianowicie seminarjum W. F. Przedmiot ten nie figuruje w rubryce C. I. W. F., co wygląda tak, jakby go tam nie było.

Pułk. dr. ZYGMUNT GILEWICZ:

Figurowało i figuruje w sumach dyspozycyjnych. Co się zaś tyczy innych danych, to Panowie mieli mi je nadesłać na piśmie, jednakże nie dostałem odpowiedzi.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Skoro na wykresie brak słupka, to wygląda tak, jakby danej rzeczy był brak absolutny. Należało słupek wyrysować, zaznaczając, iż nie jest to ścisłe.

Uczelnie trzeba poprosić o uzupełnienia.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Nikt nie jest zapisany do głosu — sprawę uważam za wyczerpaną.

Przystępujemy do ostatniego referatu. Głos ma p. Muszałówna.

KIERUNEK ROZWOJU SPORTU I WYCHOWANIA FIZYCZNEGO KOBIET.

K. MUSZAŁÓWNA:

Mamy za sobą przeszło 10 lat pracy organizacyjnej w dziedzinie kultury fizycznej i sportu kobiet. Odcinek czasu wystarczający, jako próba wartości włożonej pracy i uzyskanych rezultatów. Można na jej podstawie zorjentować się wcale głęboko zarówno co do racjonalności dotychczasowego kierunku, jak i co do dróg pracy na przyszłość.

Sprawa kultury fizycznej i sportu kobiet jest dla nas szczególniej ważna — z punktu widzenia dobra jednostki, społeczeństwa i państwa. Sport daje nam możność kształtowania kobiety pod względem fizycznym, nerwowym i moralnym, w sensie pozytywnym, w kierunku zwiększenia jej przydatności życiowej. Daje nam możność o tyle, o ile sama sprawa sportu postawiona jest i rozwiązywana w sposób zgodny z zadaniami życiowemi kobiety, o ile praktyka sportu zbliża nas do ideału sportu.

Dziesięć lat pracy — i jakie wyniki?

Najpierw — wychowanie, a raczej kultura fizyczna kobiet. W odróżnieniu od sportu, bo to rozróżnienie istnieje w życiu. Kulturą fizyczną kobiet zajmują się u nas stowarzyszenia wychowania fizycznego, które za cel główny pracy sportowej stawiają sobie: zdrowie, zwiększenie sprawności fizycznej a przez to i życiowej, budowanie charakteru, wzmacnianie systemu nerwowego.

Czem legitymujemy się dziś w tej dziedzinie? Cyfry stytystyczne mówią:

Liczba kobiet, ćwiczących w stowarzyszeniach w. f. przedstawia się następująco — Harcerstwo — 22.135, Organizacja Przysposobienia Kobiet do Obrony Kraju — 13.316, Zjednoczenie Młodzieży Polskiej — 7.796, Związek Strzelecki — 6.897, Zrzeszenie Żyd. Stow. Sportowych — 2.000, Robotnicze Stowarzyszenia Sportowe — 1.500, Klub

Sportowy Rodziny Wojskowej — 900, Związek Osadników Kresowych — 200, — ogółem — około 55.000.

Dane te wymagają jednak komentarzy in minus. W organizacji Z. H. P., Org. Przysposobienia Kobiet do Obr. Kraju i w Zw. Strzeleckim uwzględniono liczbę wszystkich członkiń, wychodząc z założenia, że wychowanie fizyczne jest w tych organizacjach obowiązkowe. Jednakże duży procent tych członkiń, znacznie więcej niż połowa, otrzymuje wychowanie fizyczne w szkolnictwie i z pomocy swych organizacji w tej dziedzinie nie korzysta wcale, albo bardzo mało. O taką cyfrę należałoby przeto zmniejszyć rzeczywisty dorobek tych organizaji, jeśli chodzi o liczbę członków, korzystających z wychowania fizycznego w tych organizacjach.

W większości wymienionych organizacji, liczących największe stosunkowo cyfry członkiń, wychowanie fizyczne jest zadaniem drugorzędnem w stosunku do głównego celu organizacji. Tak jest i w Harcerstwie i w Org. Przysposobienia Kobiet do Obrony Kraju, i w Zw. Strzeleckim, Zjednoczeniu Młodzieży Polskiej, i w Związku Osadników Kresowych. Do tych organizacyj weszły dziewczęta i kobiety nie dla celu wychowania fizycznego. Pociągnięte zostały hasłami innemi, jakgdyby przypadkiem znajdując tu zarazem i możliwość starań o kulturę fizyczną. Tylko trzy z wymienionych organizacji w. f., a mianowicie: Robotnicze Stow. Sportowe, Klub Rodziny Wojskowej i Zrzeszenie Żyd. Stow. Sport., jako cel główny swojej pracy stawiają — kulturę fizyczną członkiń. A te trzy organizacje obejmują łącznie zaledwie 4.400 członkiń. W stosunku do ogólnej cyfry członkiń wymienionych stowarzyszeń — około 55.000 — liczba 4400 ścisłych wyznawczyń sprawy kultury fizycznej — to rzeczywiście bardzo niewiele.

Cóż to znaczy i jakie z faktu tego należałoby wyciągnąć wnioski? Znaczy to, że kobiety w Polsce dziś jeszcze dość słabo reagują na hasła kultury fizycznej. Przyczyny są bardzo różne.

Z faktu słabego reagowania kobiet na hasła kultury fizycznej wyciągam wniosek: sprawę tę z punktu widzenia propagandy należy ująć w ten sposób, aby zadania kultury fizycznej włączać do programu pracy wszelkiego rodzaju społecznych organizacji kobiecych. To zadanie należy im ułatwić przez dostarczenie tym organizacjom boisk i instruktorek. Oba warunki są do spełnienia dzięki wydatnej pracy Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego, który wyposażył kraj w znaczną liczbę terenów sportowych i sił instr.

Przejdźmy do spraw sportu kobiet. Będziemy tu mieli do czy-

nienia z dwiema kategorjami sportu: t. zw. czystym czyli zawodniczym sportem i sportem turystycznym. Rozróżnienie to jest ważne z tego względu, że stosunek kobiet do obu tych kategorji jest różny.

Sport kobiet ogniskuje się wyłącznie w klubach sportowych. Cyfry kobiet uprawiających sport w klubach są dość nikłe. Tylko w paru działach sportu idą w tysiące. W niektórych (szermierka) — ograniczają się na dziesiątkach. Tak mała liczba sportujących pań w klubach, które mogłyby dziś swojemi urządzeniami obsłużyć wielekroć liczniejszą gromadę członkiń, tłomaczy się wybitnie zawodniczem nastawieniem ich pracy sportowej. Kluby niemal wyłącznie pracują dla celów zawodniczych i z tej racji opiekują się głównie materjałem obiecującym, jeżeli chodzi o udział w zawodach. Osoby, nie nadające się lub nie pragnące uczestniczyć w zawodach, niewiele mają do powiedzenia i niewiele do zrobienia w klubie. Są przeważnie zaniedbane i pozostawione sobie.

Sport kobiecy w Polsce charakteryzuje moment niezwykle ciekawy i pozornie sam sobie przeczący. Oto przy niskim stanie liczebnym sportujących pań — nasz sport kobiecy cieszy się poziomem wysokim, w niektórych gałęziach — bardzo wysokim. W narciarstwie, lekkiej atletyce, łucznictwie i łyżwiarstwie — należymy pod względem wyników do czołowej klasy światowej. Przeczy to zjawisko kardynalnej zasadzie sportu, według której — ilość decyduje o jakości, ilość ujawnia talenty, ilość eleminuje najlepszych, podnosząc stopień konkurencji. To niezrozumiałe pozornie zjawisko w naszym sporcie kobiecym, ta niezgodność ilości z jakością, tłumaczy się przecież zupełnie łatwo: właśnie przy tak wybitnie zawodniczem nastawieniu klubów sportowych — garną się do sportu tylko jednostki o zacięciu wybitnie sportowem, jakgdyby zgóry predestynowane do startowania w zawodach. To tłumaczy i fakt wysokiego poziomu wyników, a zarazem fakt małej liczby członkiń klubów sportowych. Kto nie czuje — powiedziałabym — powołania na zawodniczkę, ten do klubów sportowych nie wstępuje.

A jeżeli nie wstąpi do klubu sportowego, to co ma z sobą zrobić? Pozostają stowarzyszenia w. f., — ale tu istnieje luka, którą trzeba będzie wypełnić w najbliższym czasie. Nie mamy dotąd w kraju takiego stowarzyszenia w. f., które, dysponując własnem boiskiem, własnymi instruktorami, niską stawką opłat i racjonalnem nastawieniem na sport, pojęty jako kultura fizyczna, mogłoby stać się organizacją dla wszystkich. Że taka organizacja miałaby rację bytu — dowodzi fakt istnienia znacznych szeregów niestowarzyszonych wiel-

bicielek sportu, które w pływaniu czy tenisie występują dziko, uprawiając te ćwiczenia dla własnej przyjemności, jakgdyby z potrzeby organicznej, a nie dla zawodów.

Inaczej — znacznie pomyślniej — przedstawia się sprawa sportów turystycznych. W ostatnich latach wzmacniają one wręcz żywiołowo szeregi swoich wyznawczyń. Narciarstwo turystyczne wśród stowarzyszonych i dzikich, wioślarstwo turystyczne — cieszą się powodzeniem ogromnem. Na tej drodze leży niewątpliwie największa możliwość demokratyzacji sportu wśród kobiet. Demokratyzacji ograniczonej jednak względnie znacznemi kosztami, a więc dostępnej i osiągalnej tylko dla jako tako zamożnych sfer. Koszty te będą zresztą maleć w miarę przyrostu członków i w miarę powiększania liczby schronisk, przystani i t. d. Wysoka wartość sportów turystycznych, pod wieloma względami wyższa od walorów sportów zawodniczych każe nam z radością witać ten wyraźny zwrot upodobań kobiecych w kierunku turyzmu wodnego i narciarskiego.

Notujemy więc w sporcie kobiecym dwa charakterystyczne objawy: pewną niechęć do sportów zawodniczych i zdecydowaną skłonność w kierunku sportów turystycznych. Ze stwierdzeń tych należałoby wyprowadzić wnioski, które doprowadzić nas winny do wysunięcia tez wytycznych w dalszym rozwoju sportu kobiet.

Ze stwierdzenia, że kobiety wykazują pewną niechęć do sportów zawodniczych, nie należy wysuwać wniosku, że wszelki sport boiskowy jest dla kobiet nieodpowiedni. Sportu boiskowego nie sposób się wyrzec, trzeba go jedynie przefasonować pod względem koncepcji i bodźców. Doświadczenie lat dziesięciu wykazało nam, że instynkt zawodnictwa jest naogół słabo u kobiet rozwinięty. Nawet znane i dobre zawodniczki przyznają same, że do zawodów startować nie lubią. Tylko wyjątki są innego zdania. Większość zawodniczek staje na starcie dla t. zw. dobra klubu (przyznaję to otwarcie!), dla zdobycia klubowi punktów w walce o nagrody drużynowe, dla przysporzenia mu triumfów, renomy, popularności. Namawiane i przekonywane idą na start. A kiedy już raz startują — w walce dają z siebie wszystko.

Wniosek: bodziec zawodów nie działa w stopniu dość atrakcyjnym na kobiety, jeżeli chodzi o zdobycie ich dla sportu. Nie widzę w tem powodu do zmartwienia. Nikt chyba nie myśli, że udział w zawodach jest jedynym środkiem wiodącym do celu, któremu na imię: zdrowie, sprawność, kształtowanie charakteru, opanowanie nerwów. Sport niezawodniczy, sport uprawiany dla przyjemności oso-

bistej lub dla zdrowia, przynosi swoim adherentom te same zgoła wartości i bez momentu zawodów. Trzeba tylko te inne — poza zawodnictwem — cele sportu niejako uprawnić, podnieść do wysokości celów godnych uwagi i zainteresowania i trzeba stworzyć możliwości dla uprawiania tak pojętego sportu.

Praktyka dziesięcioletnia w pracy sportowej kobiet pozwala nam wreszcie dziś dojść do punktu, w którym możemy mówić o zerwaniu wpływów, jakiemi zaciążył i ciąży wciąż sport męski nad sportem kobiecym. Sport męski, którego wyraz najgłówniejszy, żeby nie powiedzieć jedyny, sprowadza się do idei walki, zawodnictwa, rekordu. Bodziec może i wystarczający w sporcie męskim, zawodzi w sporcie kobiet. Zawodzi, naturalnie, nie na całej linji. W każdym z nas jest przecież trochę mężczyzny i trochę kobiety. Więcej, albo mniej, to już kwestja proporcji. Zaryzykowałabym wysunięcie tezy, że kobiety, w których jest nieco więcej niż jakaś idealna średnia mężczyzny, mają w sobie poczucie walki, zmysł zawodnictwa, ambicję rekordu. Takie kobiety chcą zawodnictwa i któż będzie im tego bronił? One także, w jakimś momencie swego życia, kiedy wezmą górę pierwiastki wybitnie kobiece, rezygnują ze sportu zawodniczego. Cóż, te pierwiastki z wiekiem do głosu przychodzą. Tem się może tłumaczy względna krótkość karjery sportowej u kobiet zawodniczek. Ale olbrzymia większość kobiet, a mówimy tu o kobietach, nie zaś o młodzieży szkolnej, raczej pozbawiona jest zmysłu zawodnictwa. Tego nas uczy doświadczenie. Czy mamy się tem martwić, pracować nad umacnianiem bodźców dla obudzenia w nich zmysłu zawodnictwa? — Nie sądzę. Jestem raczej zdania, że należy przystosować bodźce sportowe do upodobań kobiety. Należy poruszać te struny, które w niej dźwięczą. A więc bić na momenty piękna, zdrowia, przyjemności, momenty u kobiet decydujące i zdolne wywołać odzew szeroki.

Mamy więc przed sobą w sporcie kobiecym jakgdyby dwutorowość poczynań sportowych. Kluby sportowe niech pracują nad zawodniczkami, jeśli znajdą odpowiedni materjał. Ale kluby sportowe niech pracują także i nad tym materjałem ludzkim, który chce pobiegać, poskakać, popływać, pograć w piłkę taką czy inną, dla samej radości ruchu, dla samej potrzeby odczuwania i umacniania w sobie sprawności fizycznej. A jeśli kluby sportowe tym zadaniem nie będą mogły czy chciały sprostać — znaleźć trzeba inne organizacyjne rozwiązanie.

Świadomość, że kobiety dźwięczą raczej na bodźce przyjemności, piękna i zdrowia niż na bodziec zawodnictwa, stwarza przed nami nietylko inne możliwości i konieczności organizacyjne, ale także — propagandowe. Te ostatnie w znacznej mierze decydują o powodzeniu sportu w szeregach ludzkich.

W zawodniczym sporcie kobiecym mamy jeszcze kłopoty innego rodzaju. Mam na myśli kwestję doboru sportów, nadających się dla kobiet z punktu widzenia fizjologicznego i fizycznego. Sprawa niezmiernej wagi pod dwojakim względem. Właściwy dobór sportów pozwoli nam uniknąć wielu szkód dla zdrowia. Zadecyduje także w sensie pomyślnym o powodzeniu tych sportów wśród kobiet. Łączy się z tem sprawa — indywidualnej oceny poszczególnych typów pod względem ich maksymalnej odpowiedniości do takiego czy innego sportu. Sprawa także dużej wagi. Rodzaj sportu wybrany właściwie, odpowiadający właściwościom fizycznym i psychicznym danej jednostki, da większe możliwości rozwoju, radości i — zdrowia. W pierwszej sprawie, to znaczy, w sprawie doboru sportów dla kobiet odpowiednich, jesteśmy w toku prac. Na komisji lekarskiej i na konferencji specjalnie zwołanej przez Pana Wiceprzewodniczącego Rady sprawa ta była omawiana na podstawie referatu wypowiedzianego przez dr. Zabawską-Domosławską. Niedawno utworzona specjalna komisja w. f. kobiet przy Radzie Naukowej sprawą tą zajmie się w dalszym ciągu. W drugiej sprawie, to znaczy, w sprawie stworzenia kryterjów ocen indywidualnych w zagadnieniu — jakie sporty odpowiadają najlepiej poszczególnym typom kobiet, zabiorą zapewne wkrótce głos lekarki — członkinie Rady Naukowej.

Sprawa doboru odpowiednich dla kobiet sportów nie jest sprawą łatwą. Zdaję sobie z tego sprawę. Dla dokonania tej pracy należy— mojem zdaniem — obserwować i badać nietylko dziewczęta starsze, już w wieku zawodniczym będące, lecz zacząć od obserwacji bacznej nad dziećmi. To jest droga, która wyjawi nam rzeczywiste zamiłowania dziewcząt, rodzaj i kierunek ich zdolności. Wiele pod tym względem obiecuję sobie od wyników badań zdolności fizycznej młodzieży, przeprowadzanych obecnie w szkołach dla celów ustalenia miernika. Materjał badawczy, jaki z tego źródła uzyskamy, obejmie około 10.000 dziewcząt i będzie niewątpliwie ogromnie użyteczny i dla sprawy uzyskania wytycznych dla sportu kobiecego.

Nadmienić pragnę, że w sprawie doboru sportów dla kobiet panuje na całym świecie znakomita różnorodność zdań nawet wśród powag naukowych. Niejednokrotnie o wyborze takiej czy innej kon-

kurencji decyduje wrażenie optyczne, przypadek, sugestja chwilowa. Dla przykładu przytoczę fakt autentyczny następujący. W roku 1928 w czasie igrzysk olimpijskich w Amsterdamie rozgrywano bieg na 800 mtr. dla pań. W finale tego biegu dwie zawodniczki kanadyjskie po przekroczeniu mety padły na ziemię z wyczerpania. Fakt ten wywołał w kołach lekarskich i sportowych tak wielkie wrażenie, że postanowiono na przyszłość bieg pań na 800 m wycofać z programu olimpijskiego, mimo to, że obecnie cały szereg lekarzy wypowiada się przeciwko biegom krótkim (60 i 100 m) a opowiada się za biegami dłuższemi dla kobiet.

Jak się dowiedziałam niedawno, przytoczony wyżej fakt z olimpijskiego biegu pań na 800 m przedstawiał się następująco: Oficjalną lekarką lekkoatletek olimpijskich w Amsterdamie była Niemka, dr. Bergmann. Oświadczyła ona niedawno na kongresie lekarskim, że jedna z zawodniczek upadła na ziemię rzeczywiście z wyczerpania, ale tylko dlatego, że nigdy przedtem nie trenowała na tak długim dystansie. Zgłoszona do startu w biegach krótkich, na treningu w Amsterdamie pobiegła na 800 m i wykazała doskonały czas. To zadecydowało, że kierownik ekspedycji kanadyjskiej zgłosił ją do biegu na 800 m. Druga z zawodniczek upadła na ziemię nietyle z wyczerpania, ile — rzuciła się na nią z rozpaczy, że została w walce pokonana. Był to więc raczej objaw histerji niż wyczerpania. Obie wspomniane zawodniczki startowały zresztą już nazajutrz w biegu sztafetowym 4 x 100 m, ustanawiając w tej konkurencji nowy rekord światowy.

Reasumując dotychczasowe rozważania dochodzimy do konkluzji: a) popierać sporty turystyczne wśród kobiet, b) współpracować z ruchem kobiet czysto-sportowym, zawodniczym, bez nadmiernego propagowania go, nie wyczerpując celami zawodniczemi koncepcji sportu kobiet, c) wydatnie popierać ruch sportowy kobiet, wsparty o bodźce radości ruchu, przyjemności, piękna i zdrowia.

Dla realizacji tak pojętych zadań sportu należy przystosować politykę zarówno organizacyjną, jak i propagandową. Możliwości realizowania wszystkich trzech zadań mamy dziś w swoich rękach. Dzięki wysiłkom Państw. Urzędu W. F. i jego dotychczasowej pracy — rozporządzamy dziś wielką liczbą boisk, oraz poważną cyfrą instruktorek, przeszkolonych na kursach i obozach, urządzonych przez PUWF.

W związku z demokratyzacją sportu wśród kobiet nasuwa mi się uwaga następująca. Kto wie, czy utworzenie boisk specjalnie dla

kobiet przeznaczonych nie wpłynęłoby na znakomite zwiększenie szeregów sportowych pań. Myśląc o tem, biorę pod uwagę wiele czynników całkowicie życiowych. Kobiety naogół niechętnie ćwiczą w swoich strojach sportowych w obecności mężczyzn. Składa się na to wiele przyczyn. W wieku szkolnym niema u nas koedukacji sportowej. Kobiety krępują się wadami swojej budowy. Przejawiają niezręczność i skrępowanie. Często odgrywa rolę ujemną brak eleganckiego stroju sportowego. Wśród sfer robotniczych i mieszczańskich panują zakorzenione pojęcia wstydu. Nierzadko ćwiczące na boisku kobiety spotykają się z przykremi uwagami ze strony męskiej młodzieży sportowej. To wszystko odbija się ujemnie na frekwencji kobiet na boiskach sportowych. Kto wie, czy wyznaczenie jednego w mieście boiska dla pań specjalnie, boiska, gdzie byłyby całkowicie u siebie, nie dałoby rezultatów pomyślnych. Przekonywującym byłby pod tym względem przykład, jaki nam daje sport wioślarski. W sporcie tym wyjątkowo posiadamy kilka klubów wyłącznie kobiecych, posiadających własne przystanie i tereny klubowe. Faktem jest, że kluby te są ogromniel iczne, a największy z nich — Warszawski Klub Wioślarek — liczy zgórą siedemset członkiń. Jest to cyfra, którą wyrównuje z trudem kilkanaście sekcij kobiecych przy męskich klubach sportowych.

Oddzielne słowo należy się jeszcze sprawie gier sportowych wśród kobiet. Ta dziedzina sportu przyjęła się wśród naszych dziewcząt i pań wyjątkowo dobrze i dysponuje dziś licznym szeregiem zwolenniczek. W tym wypadku zbyt szybki rozwój daje jednak wyniki ujemne, na które należy zwrócić uwagę. Gry sportowe cierpią na niedostateczną liczbę sędziów, a wielu tych, którzy są, cierpi na kardynalne braki. Nieprzybycie sędziego na zawody — wprowadza niepożądany ferment i niepotrzebnie zraża. Sędzia tolerujący pewne wady w grze, lub niedość sprawiedliwy — jest grabarzem powodzenia gier wśród kobiet. Tak już jest, że dziewczęta żywiej niż chłopcy reagują na każdy fakt niesprawiedliwości, czy stronniczości sędziego. W grze kobiet nie wolno tolerować najmniejszych fauli, najmniejszych objawów brutalności. W pierwszym rzędzie dlatego, że brak fair play ujemnie kształtuje charaktery. A ponadto ostudza zapały sportowe dziewcząt. Chłopak uderzony czy potrącony w grze — albo nic sobie z tego nie robi, albo odda, kiedy sędzia nie widzi. Dziewczyna w takich wypadkach — traci ochotę do sportu. Woli nie grać, jeżeli po meczu przez kilka dni ma chodzić z rozdrapanym nosem, czy wielkim siniakiem, czy choćby z potłuczoną nogą.

Gry sportowe, jako sport zespołowy, posiadają wielkie wartości atrakcyjne, właśnie dlatego, że każdy moment w tym sporcie jest grą, zabawą. Posiadają także ogromne możliwości kształtowania charakteru, budzenia duszy zbiorowej, poczucia solidarności i wspólnej woli. Trzebaby otoczyć je pieczołowitością i opieką specjalną, niejako w najwyższej mierze współdziałać ich rozwojowi. ich demokratyzacji najszerszej. Trafiają one łatwo do szerokich mas, budzą zainteresowanie i zamiłowanie. W nich może najplastyczniej wypowiada się radość ruchu, potrzeba zabawy, radosne i krzepiące poczucie tego, że: — jestem zdrowa, sprawna, silna.

Przeszczepione z terenu prawideł i przepisów, stosowanych dla mężczyzn, posiadają gry sportowe pewne wady w odniesieniu do kobiet. Trzeba dążyć do ich usunięcia. Sprawa ta była już przedmiotem rozważań na doraźnem zebraniu zwołanem przez Pana Wiceprzewodniczącego Rady. Wkrótce stanie się tematem dalszych omówień na terenie nowopowstałej Komisji Pań.

DYSKUSJA.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Jest to odcinek pracy niesłychanie trudny i to z dwóch powodów· biologicznego i społecznego. Biologicznie — rozwiązanie kwestji tego zagadnienia leży w doborze ćwiczeń. Mam to wrażenie, że stanowisko Komisji Lekarskiej jest ostrożniejsze, niż stanowisko Komisji Kobiecej. Uważam jednak, że w sportach jest to rzecz tak procentowo mała, że nie powinniśmy kłaść żadnego nacisku — niech sobie kluby robią to we własnym zakresie. W psychologji kobiet nie leży walka ani zawodnictwo.

Nadzwyczaj ważną rzeczą jest zato czynnik społeczny. Większość kobiet ma do spełnienia zadania macierzyństwa, a oprócz tego w małżeństwie — ciężka praca w gospodarstwie domowem wyciska tak wielkie piętno, że na ćwiczenia kobiecie pozostaje bardzo mało czasu i sił. Dlatego punktem zaczepienia dla nas narazie będzie tylko to, co można zrobić przed okresem małżeństwa i macierzyństwa. I na to trzeba zwrócić największą uwagę.

Bardzo słusznie zaznaczono w referacie kwestję odrębności sportu kobiecego pod względem terytorjalnym. Kwestja uczucia wstydu, to jest rzecz, której nie można lekceważyć, lecz uwzględnić. Jestem

gorącym zwolennikiem tego, żeby tworzyć osobne kluby, boiska i sale ćwiczeń.

Jestem w zgodzie z zasadniczą częścią referatu. Ten pewien zdrowy prąd uwzględnienia biologicznych właściwości kobiety zaznacza się wogóle na terenie wychowania fizycznego kobiet. Mamy już tego przykład w harcerstwie i mam nadzieję, że w przyszłości wyłoni się odrębny zupełnie program, odpowiedni dla kobiety.

Ppłk. dr. WŁADYSŁAW DYBOWSKI:

Chciałbym tylko dodać i przypomnieć to, co Komisja Lekarska specjalnie omawiała, a na co jeszcze się niezbyt wielką uwagę zwraca w sporcie kobiecym. Mianowicie, o ile Rada Naukowa jest przeciwna jednostronności i specjalizacji, to na podstawie tych niekompletnych badań, jakie już doszły do wiadomości Komisji Lekarskiej i Rady, należy jeszcze silniej podkreślić to samo w sporcie kobiecym. O ile dobrze przygotowany mężczyzna może znieść dużą dawkę jednostronności i specjalizacji, to te rzeczy u kobiet są znacznie niebezpieczniejsze. W sporcie zawodniczym, do którego dąży tylko niewielka zresztą część kobiet, należy kłaść nacisk, aby jeszcze bardziej walczyć z jednostronnością i specjalizacją, bo jest to bardzo niebezpieczne.

Gen. Dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Zagadnienie poruszone w referacie jest niezmiernie ciekawe. I tu musimy powiedzieć, że objaw pewnej niechęci do sportu zawodniczego wśród świata kobiecego jest objawem dodatnim, ponieważ chroni on w znacznym stopniu kobiety pragnące ćwiczyć, względnie zająć się sportem turystycznym, od wielu szkód sportu zawodniczego.

Pozatem Komisja Wychowania Fizycznego Kobiet, która jeszcze nie rozpoczęła swych prac — a przynajmniej niektórzy członkowie pragną w tym kierunku pracować — dąży do pewnego wyodrębnienia sportu kobiecego. W niektórych wypadkach, (może na terenie Polski nie tak jaskrawo się to przejawia), naśladuje się całkowicie sport męski.

Jest to zadanie bardzo trudne, obliczone na szereg lat, zadanie: wyeliminowania — przy współudziale pań, członkiń Rady — tych gałęzi sportu ,które będą uważane za nieodpowiednie dla kobiety, a na ich miejsce opracowania bardziej odpowiednich.

Ponieważ nikt więcej w tej sprawie nie zabiera głosu, przechodzimy do punktu następnego. — Sprawozdanie Komisji Wniosków. Udzielam głosu p. dziekanowi Ciechanowskiemu:

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Mam gorącą prośbę do członków Rady, ażeby wszystkie wnioski przesyłali przynajmniej na parę dni przed posiedzeniem, ponieważ można zgóry przewidzieć, co będzie poruszane. Tym razem to się niecałkiem dokładnie stało i dlatego efekt naszej pracy nie jest taki duży.

Mamy jeden z wniosków, który zdaniem Komisji Wniosków nie nadaje się do uchwały Rady, mianowicie wniosek p. Michałowicza w sprawie osobnych wykładów w C. I. W. F. o niebezpieczeństwie zniekształceń w sporcie.

Wniosek prof. MIECZYSŁAWA MICHAŁOWICZA.

„Rada N. W. F. uważa za wskazane wyodrębnić w C. I. W. F. zagadnienia „o niebezpieczeństwach grożących ruchowi sportowemu zniekształceniem" — w osobną grupę wykładów".

Rada powinna skierować ten wniosek pod adresem programu naukowego C. I. W. F. i dlatego uważam, że najwłaściwiej będzie go doręczyć p. Dyrektorowi Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego do łaskawego wykorzystania, ponieważ jest to wewnętrzny zakres działania C. I. W. F.

Dalej idzie wniosek, dotyczący instruktorów powiatowych, wniosek p. Sikorskiego, który należy do zakresu działania Ministerstwa W. R. i O. P. Tu będziemy prosić, żeby Naczelnik Błoński był łaskaw wniosek rozpatrzyć i zbadać.

Wniosek w sprawie instruktorów powiatowych.

Ze względu na propagandę i organizację w. f. po wsiach wśród dziatwy i młodzieży szkolnej i pozaszkolnej konieczną jest instytucja instruktorów powiatowych we wszystkich powiatach. Instruktorami byliby ci nauczyciele szkół powszechnych, którzy ukończyli W. K. N. lub ci absolwenci C. I. W. F. i Studjów W. F., którzy by się na to stanowisko specjalnie nadawali. Do obowiązków instruktorów powiatowych przy inspektoratach szkolnych należałaby również społeczna praca na polu wych. fizycz. również nad młodzieżą pozaszkolną.

Wniosek p. dyr. Giżyckiego przedstawia się następująco:

„Wychodząc z założenia, że naczelnem zadaniem Rady Naukowej jest planowe podnoszenie tężyzny fizycznej szerokich warstw obywateli Państwa, a biorąc pod uwagę, że przy słabej obecnie konstytucji cielesnej młodzieży i trudnych warunkach jej bytowania — wychowanie tejże młodzieży na pełnych zdrowia i radości życia obywateli wtedy dopiero stanie na możliwie zadowalającym poziomie, kiedy młodzież ta kształcić się będzie w warunkach rozwój jej fizyczny ułatwiających, Rada Naukowa postanawia poprzeć jak najgoręcej akcję wychowania na wolnem powietrzu".

Otóż, to jest nasze ogólne przekonanie. Specjalnej uchwały tu nie trzeba. Wystarczy podać, że taki wniosek był zgłoszony i że my tę opinję podzielamy.

Co się tyczy stosunku władz do młodzieży szkolnej to kwestja została wyjaśniona i dlatego p. Wyrobek swój wniosek cofnął.

Pozostało jeszcze kilka wniosków. Przypominam, że komisja ma prawo wnioski skracać, opuszczając wszystko, co nie stanowi istotnej treści, a więc i uzasadnienie.

Mamy więc wniosek p. Olszewskiej, poparty przez p. wizytatora Wyrobka:

„Rada Naukowa powołuje komisję z udziałem przedstawicieli Ministerstwa Oświaty dla zbadania sprawy wychowania fizycznego młodzieży szkolnej i dziatwy".

Gen. Dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Do tego wniosku musimy dodać słowa: „o ile p. Minister się na to zgodzi".

Minister JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Ja się najgoręcej przychylam do tego wniosku.

Gen. Dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Głosujemy nad wnioskiem. Kto jest przeciwny temu wnioskowi. Nikt. Wobec tego wniosek przeszedł.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Wyjaśnienie co do tego wniosku znajduje się w motywach, które odczytano przed południem.

Do Komisji są proponowani: Gen. Rouppert, prof. Piasecki, płk.

Sikorski, wiz. Wyrobek, dyr. Kiliński, nacz. Błoński, p. Kopczyński, p. Olszewska, p. Muszałówna.

Gen. Dr. STANISŁAW ROUPPERT:

No i oczywiście p. Profesor.

W sprawie składu Komisji czy panowie mają jakieś propozycje powołania innych członków?

Minister JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Uważam, że oprócz tych osób, które wchodzą w skład komisji, Minister Oświaty, jeżeli uzna za potrzebne, będzie mógł wysłać swego delegata.

Gen. Dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Naturalnie.

Dr. GUSTAW SZULC:

Czy osoby, które chciałyby współpracować, a należą do Rady Naukowej, mogłyby uczestniczyć w tej komisji?

Gen. Dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Proszę bardzo, tylko — żeby nie robić zbyt wielkiego ciała, bo może urosnąć z komisji cała Rada.

Nikt nie zgłasza innych kandydatur. Wobec tego poddaję pod głosowanie ten skład. Czy jest ktoś przeciwny? Nie, w takim razie wniosek ten przeszedł jednogłośnie.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Teraz są dwa wnioski kombinowane·

„Rada Naukowa uchwala zwrócić się do p. ministra W.R. i O.P. z prośbą o restytucję w miarę możności godzin lekarzy szkolnych"...

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

W miarę możności. Ja nie jestem w stanie dziś państwu obiecać. Co więcej, mam wątpliwości, czy w ogólności sprawa trzech godzin tak postawiona dałaby rezultat. Natomiast rezolucja ta byłaby wdzięcznym tematem pracy komisji, którą państwo powołali.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Czyli p. Minister proponuje odesłać wniosek do komisji.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Tak jest. Sądzę, że ten temat musi być poważnie rozważony.

Nacz. JÓZEF BŁOŃSKI:

Wniosek brzmi tak, jakgdyby ta trzecia godzina była zredukowana. Tymczasem redukcja ogranicza się do pewnej tylko liczby zakładów, t. j. szkół średnich, w których ze względów budżetowych godzina ta zotała zredukowana. Zresztą, ogranicza się to tylko do trzech kuratorjów i tylko częściowo, tak iż w zasadzie wszędzie jest utrzymany wymiar trzech godzin.

Dyr. dr. EUGENJUSZ PIESTRZYŃSKI:

Mnie się wydaje, że uchwalenie tego wniosku nie doprowadzi do celu. Z pewnością, gdyby p. Minister wiedział, że choć pewien procent możliwości istnieje, iż ten wniosek będzie mógł być przeprowadzony, to odrazu by na to odpowiedział. Mam to przekonanie, że p. Ministrowi nie wypada powiedzieć, ale ja powiem, że w najbliższych czasach niema możności przeprowadzenia tego i ten wniosek tylko stawia p. ministra w trudne położenie.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Dziękuję Panu, wyręczył mnie Pan. Ciało tak wielkie i poważne jak Rada, stawia dezyderaty, które, jestem przekonany, nie będą zrealizowane. Raczej należałoby odesłać wniosek do Komisji, żeby Komisja zastanowiła się nad sposobem wprowadzenia go w życie.

Wiz. dr. KOPCZYŃSKI:

To ma znaczenie olbrzymie. Szkoły samorządowe wzorują się na szkołach państwowych. Dziś jeszcze szereg szkół podtrzymuje te trzy godziny, ale to wisi na włosku i chcą jednak jedną godzinę zredukować. Jeżeli Ministerstwo okaże tendencję do zwiększenia ilości godzin, to szkoły samorządowe, społeczne, utrzymają tę ilość dotychczasową. Redukcja godzin jest klęską ze stanowiska pedagogicznego

dla szkół samorządowych i szkół prywatnych. Powtarzam, że tylko drogą nacisku na samorządy miejskie i wiejskie można te rzeczy podtrzymywać.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Uchwalenie takiego wniosku nie wzmocni sytuacji. My wszyscy sobie zdajemy sprawę z konieczności tego, ale uchwalenie zwrócenia się do Ministra sprawy nie załatwi, bo pan Minister był łaskaw wspomnieć, że możliwość przeprowadzenia tego jest bardzo mała. A zatem będzie to tylko osłabieniem stanowiska Rady, która wypowiada i uchwala postulaty, zgóry skazane na niewykonanie. Wszyscy zdajemy sobie sprawę z tej konieczności. P. Minister wypowiedział się co do tego, że gdyby miał możliwość, toby to zrobił.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Chodzi mi o te słowa „w miarę możności". One odrazu stawiają sprawę tak, że nie mógłbym mieć nic przeciwko temu. Nie należałoby jednak stwarzać precedensu, który zarówno dla samej Rady, jak i dla władzy, która ma dyrektywy jej wykonać, może być utrudnieniem. Jeżeli wykonanie uchwały może być utrudnione, to sądzę, że możemy sobie powiedzieć w tem gronie otwarcie o sytuacji i przekazać wniosek komisji fachowej, bez powzięcia formalnej uchwały. Będzie to najlepszem wyjściem.

Dyr. dr. EUGENJUSZ PIESTRZYŃSKI:

Uważam, że uchwalenie takiego wniosku, jeżeli on nie będzie wykonany przez Ministerstwo, mogłoby sprawić, że samorządy uważałyby, że skoro Ministerstwo tego nie zrobiło, to one mają prawo skreślić tę trzecią godzinę. Dlatego też nie wysuwałbym tej sprawy na forum publicum.

Prof. dr. MIECZYSŁAW MICHAŁOWICZ:

W takim razie możeby tak to sformułować, ażeby wystosować apel do p. Dyrektora departamentu Min. Spr. Wewnętrznych, ażeby wpłynął na samorządy w celu możliwego podtrzymania tej rubryki na ochronę opieki lekarskiej w budżecie. Jest rzeczą znaną, że Ministerstwo Spraw Wewnętrznych, jako Ministerstwo kontrolujące sa-

morządy, skreśla bardzo często pozycje na opiekę higjeniczno-lekarską.

Wiz. HELENA OLSZEWSKA:

Chcę tu odróżnić dwie rzeczy. Mianowicie, czy wniosek ten odnosi się do obecnego stanu rzeczy, czy też do przyszłych programów, które się dopiero przygotowują? O ile chodzi o obecną chwilę, to musimy stanąć na stanowisku tego, co jest w tej chwili, t. j. skreśleń. Jednakże, jeżeliby to dotyczyć miało przyszłości, t. j. uwzględnienia liczby godzin zarówno prac lekarskich, jak i ćwiczeń cielesnych w przyszłych programach, to stanęłabym na tem stanowisku, ażeby ten wniosek był uchwalony i skierowany na ręce p. Ministra.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Są tu dwie rzeczy całkiem odrębne. Jedna rzecz dotyczy sprawy opieki nad zdrowiem dziecka. Te sprawy w programy nie wchodzą. Programy obejmują nauczanie. Druga rzecz to sprawa wymiaru godzin ćwiczeń fizycznych. Ta druga sprawa jest dla mnie osobiście problematyczna z szeregu względów i pragnąłbym ją przestudjować. Dlatego nie chciałbym teraz przesądzać jej, a odesłać do komisji wniosków. Co zaś do restytucji godzin, to nie mamy potrzeby rezolucji podejmować. Zarządzenie o redukcji godzin jest zarządzeniem tymczasowem, kryzysowem. Nie róbmy z tego zagadnienia zasadniczego.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Z tegoby wynikało, że będzie jeden wniosek, który odeślemy do komisji dziecka, a drugi wniosek będzie skierowany do Ministerstwa Spraw Wewnętrznych, na ręce p. dyr. Piestrzyńskiego.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Rada zgadza się z takiem postawieniem sprawy.

Płk. JULJUSZ ULRYCH:

Zgłaszam votum separatum. Kiedy idą ciężkie czasy, to my zawsze jesteśmy bici. W tych ciężkich czasach musi być ktoś, kto stoi w obronie naszych postulatów. Jedynym czynnikiem powołanym do

tego jest Rada Naukowa. Jeżeli nawet stawiamy w trudnem położeniu p. Ministra, to jednak musimy swój wniosek podtrzymywać, i naszym obowiązkiem jest mu tej sytuacji nie ułatwiać. Poza nami nikt stanowiska naszego w tej sprawie nie podtrzymuje. Dlatego wniosek o nieredukowanie trzeciej godziny podtrzymuję, a jeżeli wniosek ten nie będzie poddany pod głosowanie, to ja zgłaszam votum separatum i proszę o zaprotokułowanie tego.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Rada nie może powziąć takiej uchwały, która nie będzie mogła być wykonana. Rada nie może protestować przeciwko zredukowaniu godziny. W tej chwili nie wiem zresztą, przeciwko czemu mamy protestować. W niektórych okręgach godziny te będą zredukowane, w innych mogą pozostać niezmienione.

Płk. JULJUSZ ULRYCH:

Jak p. Minister będzie musiał zredukować, to i tak zredukuje, ale niechże w obronie tych godzin ktoś stanie. Jedynym czynnikiem uprawnionym do tego jest Rada Naukowa.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Może to przyjąć w formie rezolucji, a nie w formie prośby do p. Ministra. Bo prośba, która nie byłaby spełniona przez p. Mnistra, a wyjdzie od Rady byłaby rzeczą nieprzyjemną. Uważam, że wniosek p. Ministra jest praktyczniejszy. Komisja będzie mogła dokładnie te rzeczy rozważyć i, kto wie, czy sprawa zczasem nie zyska na tem.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Może panowie pozwolą, że po rozpatrzeniu sprawy przez Komisję prezydjum Rady załatwi tę sprawę w formie zwrócenia się do tych czy innych czynników państwowych z prośbą o nieredukowanie godzin. Podobnie uczyniliśmy w swoim czasie w sprawie lekarzy szkolnych, kiedy w imieniu Rady zwróciło się Prezydjum do p. Ministra z prośbą o nieredukowanie tych godzin. Głos Rady w tej sprawie był złożony. Może więc p. płk. Ulrych zgodzi się, żeby po rozpatrzeniu sprawy przez komisję Prezydjum Rady przedstawiło ją odpowiednim

czynnikom, bo dziś, nie mając dokładnych danych, ile i w których kuratorjach nastąpiła redukcja, nie możemy Rady narażać na uchwałę, która nie będzie przeprowadzona.

Płk. dypl. JULJUSZ ULRYCH:

My tu dajemy tylko wyraz naszego przekonania, w sprawie konieczności utrzymania tych godzin. Rada Naukowa winna bronić swego stanu posiadania, jaki został osiągnięty.

Min. JANUSZ JĘDRZEJEWICZ:

Może jednak p. Pułkownik zgodzi się wycofać swe votum separatum, a to ze względów następujących:

Redukcja liczby godzin zastosowana została w niektórych kuratorjach jako rzecz doraźnej oszczędności. Nie jest to żadna oficjalna zmiana programu Ministerstwa ani też zmiana stanowiska. Jeżeli jestem zmuszony zmniejszyć ilość godzin w klasie, aby ratować powszechność nauczania, to z tego nie można zasadniczych wniosków wyciągać. Inną sprawą są programy przyszłe. Sprawa ta jest w tej chwili na warsztacie i tu Rada Naukowa będzie mogła po zbadaniu sprawy na Komisji zająć swe stanowisko, a Ministerstwo będzie musiało się ustosunkować do tego stanowiska. Zatem wniosek p. płk. Ulrycha mógłby się stać zupełnie aktualny, ale dopiero później.

Płk. dypl. JULJUSZ ULRYCH:

Ponieważ sprawa złożenia votum separatum nabrała ostrości, wobec tego ja swój wniosek wycofuję.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Wniosek w sprawie liczby godzin w szkołach będzie skierowany do Komisji, która ewentualnie odpowiedni wniosek postawi prezydjum Rady.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Następny wniosek: — dr. Tadeusza Strumiłły — dotyczy szkodliwości używania alkoholu w sporcie.

Płk. dypl. WŁADYSŁAW KILIŃSKI:

Jest dosyć kłopotliwa sytuacja. Przykład podany przez p. Strumiłło wywodzi się z miejscowości niedaleko pod Warszawą, z r. 1928,

a odgłos tego święta znajduje się w r. 1932 na Radzie Naukowej, z dołączeniem jeszcze jednego zakresu działania P. U. W. F. — walki z alkoholizmem.

W jaki sposób mielibyśmy to wykonać, nie zdaję sobie zupełnie sprawy. Wydanie jakiegokolwiek okólnika w tej sprawie będzie przedmiotem wesołej interpretacji. Faktycznie Państwowy Urząd nigdy nie patronował tego rodzaju zjawiskom. Niema klubu, niema organizacji, gdzieby nie było wiadomem, że alkohol przeszkadza kulturze fizycznej. Sama zaś uchwała włączyłaby Państwowy Urząd w zakres działania innych władz państwa, innego urzędu. Nie wiem więc, dlaczego mamy rozbijać czynności, skoncentrowane w pewnym urzędzie.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Komisja tylko przedstawia taki wniosek.

Prof. dr. TADEUSZ STRUMIŁŁO:

Przewidywałem, że gdyby wniosek był postawiony tak szeroko, to natrafiłby może na tę trudność, że sprawa w Radzie Naukowej pierwszy raz wypływa i tylko ubocznie się wiąże z zadaniami Rady Naukowej Wychowania Fizycznego. Dlatego proponowałem formułę znacznie szczuplejszą, podkreślając tylko iż alkoholizowanie się młodzieży, wiążącej się w kluby sportowe, jest niebezpieczeństwem dla tych klubów na rzecz wychowania fizycznego. To jest rzecz bardzo daleka od tego, ażeby to nasuwało podejmowanie walki z alkoholizmem wogóle i ażeby to nakładało na Państwowy Urząd obowiązek podjęcia tej walki. I dlatego, jeżeliby przeciwko rozszerzonemu wnioskowi miały się pojawić zastrzeżenia, to prosiłbym wrócić do sformułowania szczuplejszego, że jest pożądane, ażeby wszyscy pracownicy wychowania fizycznego uprzytomniali młodzieży przy każdej sposobności, że zorganizowanie klubu sportowego nie może być zorganizowaniem życia pijackiego.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Brałem udział w pracach komisji wniosków i byłem za tem, żeby ten wniosek rozszerzyć tak, jak został złożony przez komisję wniosków, natomiast nie może on być przyjęty w sformułowaniu wniosko-

dawcy, dlatego że odnosi się do życia klubów sprotowych, na które Rada Naukowa nie ma wpływu. Możnaby taki apel złożyć na ręce p. Prezesa Związku Związków. My, jako Rada nie możemy uchwały w tym kierunku podejmować, że żądamy, ażeby kluby prowadziły taki czy inny tryb życia. Nie możemy się angażować w taką uchwałę, z której możnaby zrobić broń przeciwko nam.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Chciałem tu przeprosić wnioskodawcę, że tak to wyszło. Pierwotny wniosek o szkodliwości alkoholu był rezolucją, która nie potrzebuje uzasadnienia. Trzeba było więc nadać mu formę praktyczną, kto to ma wykonać, i wpadliśmy na to, że może Państwowy Urząd miałby jakiś wpływ na związki sportowe. Ponieważ jednak dyrektor Państwowego Urzędu sprzeciwił się, więc rzecz ta upada.

Płk. dr. WŁADYSŁAW OSMOLSKI:

Nie wierzę w propagandę antyalkoholizmu, natomiast wierzę w to, że jeżeli się w nauczaniu instruktorów wychowania fizycznego podkreśli mocno szkodliwość oddziaływania alkoholu na usposobienie sportowca, to jest to rzecz bardzo ważna, która bardziej przemówi do przekonania młodzieży, niż wywody higjenistów. Jeżeli jakiś dobry trener dopilnuje, żeby ta młodzież właściwie zachowywała się, to rezultat będzie osiągnięty. Sądziłbym, że to nadaje się do przekazania kierownikom studjum wychowania fizycznego i Instytutowi do odpowiedniego wykorzystania w programach szkolnych.

Prof. dr. WŁADYSŁAW STRUMIŁŁO:

Moja rezolucja nietyle zwracałaby się przeciwko klubom sportowym. Wogóle tego rodzaju zarzutu nie chciałbym stawiać. Zwracałaby się ona raczej do pracowników w dziedzinie wychowania fizycznego, którzy podlegają Państwowemu Urzędowi, którzy przez Centralny Instytut i inne studja urabiani są na tych wychowawców fizycznych, ażeby ich opinja w tym kierunku mogła coś zaważyć nie wskazując związków i klubów sportowych i nie robiąc im bezpośrednio tego zarzutu.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Mnie się zdaje, że sformułowanie wniosku przez płk. Osmolskiego jest dla Rady odpowiedniejsze, gdyż kierujemy go do Instytutu, z którym mamy kontakt, i on może dalsze konsekwencje z niego wyciągnąć.

Prof. dr. EUGENJUSZ PIASECKI:

Na to muszę odpowiedzieć znowu, że w ciągłej styczności z innemi uczelniami odnoszę wrażenie, że tak samo, jak u nas, tak i w innych uczelniach wychowania fizycznego robi się, co w dzisiejszych warunkach można zrobić, ażeby uprzytomnić przyszłym wychowawcom fizycznym szkody, jakie alkohol ze względu na sprawność sportową i wychowanie fizyczne daje. Gdyby ten apel został zwrócony do uczelni, to myślę, że on tu nie miałby zastosowania, bo uczelnie już to robią. W mojem przekonaniu, jeżeli w świecie sportowym te rzeczy kłują, to trzeba się zwrócić do władz sportowych.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Przekazanie tych rzeczy dyrekcji CIWF nie będzie szkodliwe, ale instruktorowie, którzy są w ośrodkach, ci powinni przedewszystkiem kłaść na to nacisk. Wobec tego proponuję następujące brzmienie wniosku:

„Wobec szkodliwości używania alkoholu, należy na tę sprawę położyć nacisk w kształceniu wychowawców fizycznych i instruktorów".

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

W sprawie tego sformułowania nikt z panów nie zabiera głosu? (Prof. Piasecki: Proponuję dodać słowa: „wszelkich stopni", Prof. Ciechanowski zgadza się na to), Głosujemy. Kto jest przeciwko wnioskowi? Nikt. Wniosek przeszedł jednogłośnie.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Następny wniosek:

Rada Naukowa wyraża przekonanie, że konieczne jest jaknajszybsze rozpowszechnienie P. O. S. wśród młodzieży wyższych szkół i prosi Państwowy Urząd o podjęcie stosownych kroków...

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Sformułowania innego nikt nie proponuje. Głosujemy. Kto jest przeciwko? Nikt: — Wniosek przyjęty jednogłośnie.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Następny wniosek: —

„Do zawodów sportowych nie powinni być dopuszczani zawodnicy, nie mający P. O. S."

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

W sprawie sformułowania nikt nie zabiera głosu?

Dyr. ALEKSANDER BOBKOWSKI:

Jest to zbyt daleko idące sformułowanie.

Prof. dr. STANISŁAW ROUPPERT.

Płk. Ulrych proponował dalej idący wniosek. My go zwęziliśmy o tyle, że ograniczyliśmy się tylko do zawodników.

Dyr. ALEKSANDER BOBKOWSKI:

Może dać: „wyraża przekonanie", „wyraża życzenie", albo jeszcze lepiej: „zaleca"?

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Przecież cały związek narciarski może mieć w każdej chwili Odznakę Państwową, ponieważ członkowie tego związku stoją tak wysoko, iż w każdej chwili mogą uzupełnić to, czego im brak do otrzymania odznaki.

Wierzę, że wpływ Pański jest tak kolosalny, iż w ciągu roku to będzie zrobione.

Dyr. ALEKSANDER BOBKOWSKI:

Ale w tym roku już są zawody...

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Obawiam się, że to będzie jednak możliwe w małym procencie (Płk. Ulrych: W bardzo małym). Czy panowie uważają, że mimo

tak niski procent prawdopodobieństwa wykonania wniosku, Rada powinna się tak wypowiedzieć?

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Rada wyraża tylko przekonanie, że do zawodów sportowych nie należy dopuszczać zawodników, nie mających P. O. S.

Wiz. WALERJAN SIKORSKI:

W sprawie uzupełnienia wniosku, proponowałbym dodać: „nietylko do zawodów sportowych, ale również do prób o specjalne odznaki sportowe".

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Panie Wizytatorze, nie róbmy robót przymusowych z tego wszystkiego. Ponieważ ubieganie się o Odznakę Sportową poszczególnych związków, względnie o P. O. S., nie może być tak kategorycznie narzucone, to nie mogę się zgodzić, ażeby jeszcze dodawać Pańskie uzupełnienie do wniosku. Nie możemy dojść do tego, żeby związki zaczęły nam odpowiadać, że nie zrobią tego, ponieważ jest to niewykonalne, względnie, żeby nam odpowiadały w formie mniej parlamentarnej.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Pan pewnie cofnie swój wniosek (Wiz. Sikorski zgadza się).

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Więc głosujemy bez tego dodatku. Kto jest przeciwny? Nikt. Wniosek przyjęty jednogłośnie.

Prof. dr. STANISŁAW CIECHANOWSKI:

Następny wniosek:

„Należy zbadać różnice warunków uzyskania P. O. S. od warunków uzyskania odznak różnych związków sportowych. Prezydjum Rady poleci swej Komisji Lekarskiej zbadanie regulaminów odznak związkowych i opracowanie wniosków".

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Tego właściwie nie potrzeba uchwalać. To Prezydjum poleci Komisji Lekarskiej.

Czy są jeszcze jakieś wnioski.

Prof. Ciechanowski: Wszystkie są wyczerpane.

Gen. dr. STANISŁAW ROUPPERT:

Wobec tego porządek dzienny został również wyczerpany.

Na zakończenie pozwolę sobie podziękować przedewszystkiem p. Ministrowi W.R. i O.P. za łaskawe zaszczycenie całego posiedzenia swą obecnością, jak również nieobecnemu w tej chwili p. Ministrowi Spraw Wewnętrznych, a pozatem wszystkim członkom Rady za przybycie i za tak wytrwałą pracę w posiedzeniu. Posiedzenie zamykam.

SPRAWOZDANIE SEKRETARJATU RADY NAUKOWEJ W. F. Z DZIAŁALNOŚCI RADY.

za czas od 22 czerwca 1929 roku do 22 maja 1932.

W okresie sprawozdawczym Rada Naukowa nie odbyła posiedzenia plenarnego.

Posiedzenie plenarne, odbyte w dniu 22 czerwca 1929 roku, wysunęło przed Radą do realizacji dwa zadania: a) ustanowienie miernika sprawności w wychowaniu fizycznem młodzieży szkolnej, b) sprawę organizacji wychowania fizycznego młodzieży szkół wyższych.

Pierwszem z tych zagadnień zajęła się specjalnie w tym celu przez Radę wyłoniona komisja miernika i minimów, która doprowadziła w swoich pracach do ustalenia próbnego miernika, obecnie próbowanego w szkołach. Drugie zagadnienie — sprawa organizacji wychowania fizycznego młodzieży szkół wyższych — plenarne posiedzenie Rady przekazało komisji specjalnej, jaka miała być utworzona przez Pana Ministra W. R. i O. P.

Działalność naukową prowadziła Rada w dwóch komisjach, które pracowały przez cały czas ostatniej kadencji Rady, a mianowicie: a) w komisji miernika i minimum, b) w komisji lekarskiej. Sprawozdania szczegółowe z prac obu tych komisji złożone będą oddzielnie. Ponadto — celom naukowym w sporcie i wychowaniu fizycznem służyła pracownia doświadczalna Rady, zaprojektowana i w znacznej mierze powołana do życia przez jej pierwszą kierowniczkę, ś. p. dr. Lewicką.

Rada Naukowa współpracowała z Państwowym Urzędem Wychowania Fizycznego w całym szeregu zagadnień i spraw, przesłanych Radzie do opinjowania. Wiceprzewodniczący Rady odbył szereg konferencji doraźnych o charakterze opinjodawczym, z członkami Rady, Dyrektorem lub przedstawicielami P.U.W.F., wreszcie z przedstawicielami świata nauki i działaczami na terenie sportu.

W koncu r. 1931 odbyło się zebranie, zwołane doraźnie, w sprawie sportu kobiet, przez wiceprzewodniczącego Rady. W zebraniu wzięły udział członkinie i niektórzy członkowie Rady Naukowej, dyrektor CIWF, przedstawiciele PUWF, oraz szereg fachowych pracownic w tej dziedzinie. Zebranie wykazało potrzebę stworzenia przy Radzie Naukowej W.F. specjalnej komisji wychowania fizycznego kobiet. Komisja taka została powołana przez Pana Przewodniczącego Rady w r. b. Przystępuje do pracy w dniach najbliższych.

Rada Naukowa brała udział w pracach programowych C.I.W.F., reprezentowana na wszystkich posiedzeniach przy Dyrektorze CIWF przez swego wiceprzewodniczącego gen. dr. Roupperta, członków — prof. dr. Ciechanowskiego, wiz. Wyrobka oraz sekretarza Rady ś. p. dr. Lewickiej, a po śmierci dr. E. Lewickiej — członka Rady, p. H. Olszewską.

W roku 1931 Rada Naukowa przejęła na swój budżet wydawnictwo kwartalnika — „Przegląd Sportowo-Lekarski".

W odniesieniu do poszczególnych działów pracy — działalność Rady Naukowej przedstawiała się, jak następuje:

Pracownia doświadczalna Rady.

W r. 1930 powołano do życia Pracownię Doświadczalną Rady Naukowej W.F.

Rada Naukowa W.F. zyskała niezbędny warsztat pracy badawczej, przeznaczony do wielostronnego zakresu studjów w całokształcie zagadnień planowego podniesienia tężyzny fizycznej i wydajności pracy szerokich warstw ludności.

Umieszczenie Pracowni, podlegającej Prezydjum Rady Naukowej W. F. w C.I.W.F. miało na celu umożliwienie korzystania dla celów naukowo-doświadczalnych zarówno z urządzeń poszczególnych zakładów teoretycznych oraz działów praktycznych, jak i licznych zastępów młodzieży ćwiczącej, przewijającej się przez Instytut w ciągu roku szkolnego. Tą drogą Pracownia Naczelna Rady Naukowej W.F. posługując się w porozumieniu z Dyrekcją C.IW.F. materjałem ludzkim oraz urządzeniami boisk i sal gimnastycznych, ma możność uzupełnienia własnych inwestycyj naukowych sprzętem zakładów Instytutu, co pozwala na rozwinięcie pracy badawczej w zakresie najbardziej aktualnych zagadnień fizjologji, patologji, higjeny, psychologji, pedagogiki, socjologji oraz organizacji wychowania fizycznego.

Zakres prac badawczych, dokonywanych z ramienia Pracowni Doświadczalnej Rady, nie pozostaje w wyłącznem związku z siedzibą Pracowni w C.I.W.F. Terenem działalności Pracowni może być w zasadzie każdy inny ośrodek tak pracy naukowej, jak i szkolnictwa lub też organizacyj sportowych w kraju, zależnie od każdorazowych potrzeb uwzględnienia specyficznych warunków środowiska, materjału ludzkiego i t. d.

Pierwszy okres organizacyjny zastaje na stanowisku kierownika Pracowni — ówczesnego sekretarza Rady Naukowej W.F. ś. p. p. Dr. Lewicką Eugenję, która zainicjowała i stworzyła tę nową placówkę pracy naukowej, dając jej z miejsca rozpęd. W czasie tym, po uzyskaniu pomieszczenia oraz późniejszem przydzieleniu niezbędnych kredytów dokonano wyposażenia Pracowni w konieczny sprzęt meblowy oraz część aparatury badawczej, dostosowanej do wysuniętych tematów badań.

Przedwczesny zgon kierownika Pracowni ś. p. Dr. Lewickiej w czerwcu 1931 r. przerywa rozbudowę Pracowni aż do października 1931 r. kiedy kierownictwo Pracowni zostaje powierzone Mjr. Dr. Missiuro Włodzimierzowi.

Wyposażenie Pracowni.

Sprzęt naukowy — skromne dotąd wyposażenie w aparaturę składa się na komplety:

a) elektrokardjograf Victora,
b) komplet przyrządów do badań klinicznych czynności krążenia i oddychania,
c) komplet do badań hematologicznych w zakresie właściwości fizycznych krwi (agglutynacja, lepkość krwi),
d) komplet sprzętu fotograficznego do badań postawy oraz mechaniki ruchów (dostosowany do zdjęć zwykłych i kinematograficznych — normalnych oraz zwolnionych),
e) Rachigraf Boigey'a do badań krzywizn kręgosłupa oraz licznik do ergometru Dausseta).

Prace dokonane.

Dotychczasowy dorobek naukowy Pracowni Doświadcz. Rady stanowią prace na tematy:

1) „Praktyczne sposoby przeprowadzenia kontroli postawy dla celów ćwiczeń leczniczych i wychowania fizycznego". Praca o cha-

ıakterze metodologicznym dokonana przez ś. p. Dr. E. Lewicką wraz z J. i W. Dybowskim i ogłoszona w Przeglądzie Sportowo-Lekarskim Nr. 4. 1931.

2) „Zmiany krzywej wysiłku statycznego przy znużeniu". Badania dokonane przez Wł. Missiuro i J. Mydlarskiego na uczestnikach kursu narciarskiego w Krynicy w r. 1931. Praca w przygotowaniu do druku.

Praca bieżąca.

W toku są badania postawy chłopców, dziewcząt i dzieci, przeprowadzane przez Dr. J. i W. Dybowskich zapomocą metody zdjęć fotograficznych.

Wymienieni przeprowadzają nadto badania w zakresie:

„Dróg i sposobów usuwania kwasów z ustroju w czasie i po pracy mięśniowej",

„Oceny kondycji zawodników narciarskich".

„Charakterystyki typów antropologicznych pod względem zdolności do wysiłków fizycznych",

„Reakcji na utratę równowagi wśród adeptów rozmaitych gałęzi sportu" ,oraz

„Analizy ruchowej gier sportowych".

Przy współudziale personelu oraz apartury Zakładu Fizjologji C.I.W.F. przeprowadzane są studja hematologiczne na temat: „Przebiegu zmian morfotycznych krwi w czasie dozorowanej pracy mięśniowej i wypoczynku". Eksperymentalna część pracy na ukończeniu.

Dr. Chylewskiemu, odbywającemu praktykę przy Zakładzie Fizjologji C.I.W.F. powierzono pracę „Zjawiska obrzmienia kończyn oraz zmian napięcia skórnego, jako kryterjów znużenia po różnych rodzajach wysiłku cielesnego".

Metodę (elastometrję i pletysmografję) do badań w tym zakresie już opracowano.

Bibljoteka Rady Naukowej.

Przy sekretarjacie Rady Naukowej W.F. została utworzona bibljoteka, składająca się obecnie z około 400 tomów dzieł w różnych językach, dotyczących medycyny, techniki, historji sportu i wychowania fizycznego. Bibljoteka stale bogacona jest nowemi dziełami. Co do wyboru w nabywaniu nowych dzieł —opinji udzielają członkowie Rady.

W roku 1931 przejęty został księgozbiór po ś. p. dr. E. Lewickiej, składający się ze 160 książek, dotyczących spraw w. f. i sportu.

Rada Naukowa abonuje dla Pracowni Doświadczalnej Rady na Bielanach 2 czasopisma t. j. „Journal of biological chemistry" i „American Journal of Physiology". Ponadto bibljoteka Rady posiada stały abonament „Lewis Circulating Library", otrzymując stale z tego źródła najnowsze dzieła naukowe, wypożyczane na określony przeciąg czasu.

Kontakt członków Rady Naukowej z zagranicą.

Dla utrzymania bezpośredniego kontaktu z działalnością zagranicy w zakresie w. f. i sportu — szereg członków Rady dokonał wyjazdów zagranicę w celach studjów.

W okresie sprawozdawczym członkowie Rady odbyli następujące podróże naukowe:

W r. 1929 — 1) na kongres światłoleczniczy w Paryżu oraz studja w tej samej dziedzinie w Niemczech, Holandji i Danji; 2) do Jugosławji, Węgier i Rumunji — dla przestudjowania programów naukowych wyższych uczelni w. f.

W roku 1930: 1) Studja nad wychowaniem fizycznem u prof. Cassiniego we Włoszech; 2) Studja nad metodą gimnastyki kobiet Elli Björksten; 3) Studja nad gimnastyką kobiet w Danji i Szwecji; 4) Udział w międzynarodowym kongresie olimpijskim w Berlinie i studja nad sportem kobiecym w Niemczech i Szwecji wraz z udziałem w międzynarodowym kongresie gimnastyki w Sztokholmie.

W roku 1931: 1) udział w międzynarodowym kongresie wychowania fizycznego w Wenecji. W tymże roku Rada Naukowa W.F. wysłała na swój koszt na kurs instruktorski gimnastyki kobiet, prowadzony przez E. Björksten w Norwegji, instruktorkę C.I.W.F., p. Chrupczałowską.

Sekretarjat Rady Naukowej nawiązał w okresie sprawozdawczym kontakt z naukowemi sferami zagranicznemi w zakresie spraw w. f. i sportu. Kontakt ten w przyszłości stale będzie się zacieśniać i pozwoli Radzie śledzić dokładnie za stałym postępem i rozwojem prac instytucji i osób zagranicą na tem polu.

Badania lekarskie na terenie Druskienik.

W roku 1930 Rada Naukowa Wych. Fiz. wydelegowała i opłacała ze swego budżetu przez miesiące letnie 1 lekarza i 1 lekarkę,

którzy z ramienia Pracowni Doświadczalnej Rady mieli przeprowadzać badania sportowo-lekarskie na terenie zakładu kąpieli słoneczno-powietrznych w Druskienikach. Z polecenia Rady główna instruktorka sportowa Druskienik bawiła w C.I.W.F. na specjalnym kursie dokształcającym.

Statystyczne Biuro Rady.

W ciągu roku 1930 i 31 Sekretarjat Rady Naukowej uruchomił specjalne biuro statystyczne, w składzie dwóch osób. Biuro to przepracowało statystycznie materjał cyfrowy, zebrany w kilkunastu szkołach polskich przy przeprowadzaniu wstępnych prób miernika w. f. wśród młodzieży szkolnej. Po ukończonej pracy biuro zostało zlikwidowane z dniem 1 grudnia 1931 r.

Prace sekretarjatu Rady polegały na realizowaniu postulatów i wniosków poszczególnych komisji Rady, zwoływaniu posiedzeń, protokułowaniu przebiegu obrad, prowadzeniu korespondencji i t. d. (w okresie sprawozdawczym wpłynęło pism 365, wysłano 630).

SPRAWOZDANIE

z czynności Komisji Miernika i Minimum wyników wychowania fizyczne, wybranych przez Radę Naukową W. F. w dniu 22 czerwca 1929, w składzie:

Gen. bryg. Dr. Rouppert,
Prof. Dr. Ciechanowski,
Mjr. Dr. Dybowski,
P. Gebethnerówna,
P. Dyr. Giżycki,
Prof. Dr. Michałowicz,
P. Wiz. Olszewska,
Wiz. Sikorski,
Wiz Wyrobek.

W pracach Komisji brała stały udział ś. p. Dr. E. Lewicka, sekretarz Rady Naukowej W. F.

Na wspólnem posiedzeniu obu Komisyj w dniu 2 października 1929, po wyczerpującem rozpatrzeniu sprawy, stwierdzono jednomyślnie, że wobec licznych punktów stycznych zagadnienia miernika z zagadnieniem minimum, praca obu Komisyj musi być połączona i ustalono metody pracy. Połączone Komisje odbyły 4 posiedzenia, a mianowicie w dniach 2 października 1929, 6 marca i 10 października 1930 i 11 grudnia 1931. Prócz tego odbyły się dwa posiedzenia podkomisji, złożonej z pp.: Gebethnerówny, Olszewskiej, ppłk. Sikorskiego, ppłk. Dr. Dybowskiegoi wizyt. Wyrobka.

Połączone Komisje wychodziły z założenia, że miernik wyników wychowania fizycznego powinien wyrażać się w cyfrach, dających się porównywać, a sądziły zrazu, że prócz prób, określających właściwą sprawność fizyczną, można będzie zapomocą metod psychotechnicznych ująć w cyfry także niektóre wyniki wychowania fizycznego w zakresie intelektualnym, afektywnym, w sferze psychomotorycznej i w dziedzinie woli. Dlatego rozpatrywano naprzód na

zasadzie referatu ppłk. Dr. Dybowskiego ważniejsze metody zagraniczne określania sprawności fizycznej, a na zasadzie referatu prof. Dr. Ciechanowskiego uwzględniającego opinję psychologów (profesorów Uniwersytetu Jagiellońskiego, Heinricha i Szumana), oraz psychotechników — rozpatrywano stosowane w tym zakresie metody psychotechniczne. Po szczegółowych rozprawach przyjęto zasady, podane w referacie prof. Ciechanowskiego (ogłoszonym następnie p. tyt. „W sprawie miernika wychowania fizycznego w „Przeglądzie Sportowo-lekarskim", Nr. 1 — 2 z r. 1930). Mianowicie stwierdziła Komisja, że mierniki wychowania fizycznego oparte na licznych badaniach zapomocą specjalnych przyrządów, używane zwłaszcza w Ameryce, nie dają wyników ściślejszych, niż proste a nieliczne sposoby, stosowane naprzykład w krajach skandynawskich, w Niemczech. Temi bowiem prostemi sposobami można zbadać nietylko czysto fizyczną sprawność, ale przy odpowiedniem dostosowaniu także osiągnąć prawie to samo w badaniu sfery psychometrycznej, co skomplikowanemi aparatami używanemi w psychotechnice zdoła ściślej określić tylko sferę intelektualną nie mającą jednak dla miernika wychowania fizycznego tego znaczenia, jak sfera aktywna, a zwłaszcza sfera woli, nie dająca się ująć w cyfry, lecz tylko w określenia ogólne. Stąd główne wnioski były następujące:

1) Miernik wychowania fizycznego składać się powinien z elementów nielicznych i prostych. Do badań wstępnych jako miernik tymczasowy wystarczy określenie wieku, wzrostu i wagi (z zastosowaniem formuły Schioetza lub podobnej) łącznie z próbą sprawności, złożoną jedynie z biegu 60 m. skoku wzwyż i rzutu, dostosowaną zarazem do badania sfery psychomotorycznej, a uzupełnioną może co najwyżej marszem, — oraz łącznie z ogólnem lapidarnem określeniem właściwości charakteru osoby badanej.

2) Wyniki badań należy porównywać zarówno z wynikami poprzedniego badania tej samej jednostki, jak i z normami grupy rówieśniczej, opartemi na poziomie przeciętnym, lub wynikach, najczęstszych w grupie. Dla porównań nie jest konieczne określanie t. zw. „wieku fizjologicznego" czy „wskaźnika konstytucji" wedle formuły Schioetza: (wiek zawodniczy) Wettkampfsalter)

$$\frac{(\text{wiek metrykalny} \times 2) + \text{wiek wysokościowy} + \text{wiek wagowy}}{1\ \text{m}\ 4}$$

Uwaga: wiek metrykalny wedle metryki,

wiek wysokościowy wedle rzeczywistej wysokości w odniesieniu do specjalnej tablicy wzrostu i wieku.

wiek wagowy wedle rzeczywistej wagi w odniesieniu do specjalnej tablicy wagi i wieku).

lub Rohrera $\frac{\text{(ciężar ciała} \times 100}{\text{wzrost}}$ i in.) ani t. zw. „wieku ruchowego" (wedle skali Oziereckiego lub podobnej) lecz wystarczy oprzeć się na wieku chronologicznym (metrykalnym).

Stosownie do tego zajęła się wspomniana wyżej podkomisja opracowaniem pierwszych próbnych cyfr miernika oraz tabel i instrukcyj do przeprowadzenia pierwszych próbnych badań na szczuplejszym materjale wedle wieku, płci i stopnia rozwoju. Ze względu na różnice antropologiczne i różnice środowiska postanowiono te badania przeprowadzić w różnych szkołach w kilku różnych środowiskach dzielnicowych Państwa, a mianowicie wybrano w tym celu: Lublin (antropologiczny typ presłowiański), Wilno (typ subnordyczny), Bydgoszcz (typ nordyczny), Lwów, Warszawę i Kraków.

Pierwsze wstępne badania wykonano z wiosną 1930 w czterech szkołach średnich męskich i żeńskich, w Bydgoszczy (na zlecenie p. Wiz. Sikorskiego). Badania te obejmowały 1820 młodzieży. Na zasadzie tych badań wstępnych i referatów pp.: Wiz. Wyrobka i ppłk. Sikorskiego i ppłk. Dybowskiego, poleciła Komisja w dn. 10.X. 1930 swej podkomisji przeprowadzenie poprawek w tabelach i instrukcjach, poczem w roku 1931 nastąpiły badania we wszystkich wybranych okręgach szkolnych, obejmujące 10 szkół, 5 męskich z 2137 uczniami i 5 żeńskich z 2203 uczennicami, razem 4340 młodzieży. Zebrany w ten sposób materjał opracowały statystycznie w jesieni 1931 roku p. Dr. L. Karpowicza i T. Żukowska z Centralnego Instytutu W. F. Materjał ten, zbyt szczupły aby nadawał się do publikacji, dostarczył jednak cennych podstaw do referatu, który opracował Wiz. Wyrobek, a po przyjęciu go przez Komisję w dn. 11.XII. 1931 do dalszej korektury tabel i instrukcyj i do ustanowienia tymczasowych mierników w. f. oraz tymczasowego minimum wyników. Tę korekturę powierzyła Komisja również Panu Wiz. Wyrobkowi, a po jej dokonaniu i zaakceptowaniu przez przewodniczącego Komisji i przez P. wice-przewodniczącego Rady Naukowej W. F. zarządziło Ministerstwo W. R. i O. P. z początkiem 1932 r.

wprowadzenie miernika tytułem próby w okręgu każdego kuratorjum do 2 gimnazjum męskich, 2 żeńskich, 2 seminarjów nauczycielskich (męskiego i żeńskiego) oraz 2 zawodowych szkół średnich, czyli do 91 szkół średnich w Państwie. Szersza próba we wszystkich szkołach średnich nagromadziłaby materjał wielki, któremu organizacyjnie i finansowo byłoby trudniej podołać. Nie byłyby to jednak trudności niepokonalne, jeśliby od badań wyłączono tylko te szkoły średnie, gdzie niema wykwalifikowanego kierownika wychowania fizycznego, zważywszy, że proste pomiary wzrostu i wagi oraz trzy tylko próby sprawności leżą w granicach zwykłych obowiązków kierownika bez osobnego wynagrodzenia, a opracowanie ograniczyć się powinno tylko do istotnie niezbędnych relacyj statystycznych. Natomiast niewątpliwie wprowadzenie miernika do szkół powszechnych musi być ze względu na wielkie trudności techniczne i rzeczowe odłożone na później. Obecnie więc (od 1.V. do 15.VI. b.r.) są przeprowadzane badania na dużą skalę, na zasadzie tego prowizorycznego miernika, obejmującego około 20.000 młodzieży, coby wystarczyło w znacznej mierze do ustalenia miernika i minimum dla młodzieży powyżej 10 — 11 lat wieku na okres kilkoletni i co już w ciągu tego okresu prawdopodobnie pozwoli w ogólnym zarysie ocenić wyniki osiągane w szkolnem wychowaniu fizycznem w Polsce.

SPRAWOZDANIE KOMISJI LEKARSKIEJ RADY NAUKOWEJ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO.

za czas od 22. VI. 1929 do 22. V. 1932 r.

Skład Komisji.

Komisja Lekarska Rady Naukowej W. F. w składzie: przewodniczący gen. Dr. Stanisław Rouppert, członkowie, Dr. Lewicka, prof. Dr. Stan. Ciechanowski, doc. Dr. Dybowski, Dr. Kopczyński, Dr. Piestrzyński, pracowała w okresie sprawozdawczym mniej na ogólnych plenarnych posiedzeniach komisyjnych, a więcej w kilkuosobowych zespołach oraz korespondencyjnie dla zaopinjowania przedkładanych zagadnień czy projektów.

Posiedzenia.

Posiedzeń plenarnych odbyto dwa (13.XII. 1930, 31.X. 1931), utworzono trzy podkomisje: 1) dla opracowania i wydania wyników badań lekarskich zawodników mistrzostw narciarskich F. I. S. 1929 w Zakopanem; 2) dla badań lekarskich w czasie marszów przygotowawczych i marszu Kadrówki; 3) dla badań lekarskich kandydatów olimpijskich w roku 1932. Podkomisje te odbyły w okresie sprawozdawczym 12 posiedzeń.

Delegacje.

W porozumieniu z P. U. W. F. został delegowany celem zebrania materjału dla dalszych prac Komisji lekarskiej jeden z jej członków (doc. Dr. Dybowski) w roku 1930 na objazd poradni sportowo-lekarskich w Polsce, w roku 1931 jako obserwator na marsz Kadrówki.

Zakopane.

Komisja lekarska (3) członkowie: gen. Dr. St. Rouppert, Dr. Lewicka, doc. Dybowski) wraz z kolegami z Krakowa, Lwowa i Warszawy (Dr. Kaulbersz, Kraków, doc. Dr. Legeżyński i Dr. Mikula-

szek, Lwów, Dr. Missiuro, doc. Dr. Mydlarski, Dr. Rosnowski doc. Dr. Szulc, Dr. Zawadzki, Warszawa) opracowała wyniki badań lekarskich zawodników mistrzostw narciarskich F. I. S. 1929 w Zakopanem, wydając monografję, która stawia prace polskie na równi z jedynemi dotąd monografjami tego rodzaju jak Knolla z Olimpjady zimowej 1928 w St. Moritz i Buytendijka z Olimpjady letniej 1928 w Amsterdamie; praca polska przewyższa monografje zaczne w niektórych punktach (Mydlarski, Rosnowski).

Poradnie 1930.

Rozmieszczenie poradni sportowo - lekarskich oraz szczegóły liczbowe ich działalności uwidoczniają nam załączone wykresy. W roku 1930 czynnych było 14 poradni, ogólna suma badań do końca roku 1930 osiągnęła juz 15899 mężczyzn zbadanych oraz 1805 kobiet. Suma badań w roku 1930 wyniosła wprawdzie 9167 mężczyzn, 1012 kobiet, w 35% były to jednak badania skrócone, dorywcze.

1931.

W r. 1931 działało 15 poradni (przybył Łuck), w ciągu roku zbadano 14086 mężczyzn, 2504 kobiet, z tego jednak bardzo znaczną część tylko dorywczo (55% mężczyzn, 40% kobiet).

W wyniku zestawień i sprawozdania z objazdu ustalono (dezyderaty Kom. lekarskiej pod adresem P. U. W. F. wedle uchwał z 13.XII. 30), że zachodzi potrzeba wywarcia dalszego nacisku przez P. U. W. F. i podległe organy oraz przez wszystkie władze Związków sportowych na ogół stowarzyszeń, kół i klubów, by: 1) karty zgłoszenia zawodnika, czy zawodniczki nie były przyjmowane bez karty badania lekarskiego: 2) badania zawodników (czek) odbywały się rzeczywiście perjodycznie dwa lub przynajmniej raz do roku, a nietylko jednorazowo i dorywczo. Dalej koniecznością jest utrzymanie minimalnej dotacji miesięcznej 200 zł. dla poradni na stałe ze względu na konieczność zapewnienia sobie materjału, pochodzącego z różnych stron Polski dla opracowania naukowego. Dotowanie miast mniejszych w komplety przyborów dla poradni nie jest koniecznem, wystarczą komplety objazdowe (drugie) przy poradniach stałych. Wykorzystaniem poradni objazdowej winny się zajmować istniejące związki okręgowe, zwłaszcza piłkarskie, lekkoatletyczne, bokserskie, narciarskie.

Dokształcenie lekarzy.

Komisja lekarska zajęła się ankietą P.U.W.F. na temat kształcenia medyków i lekarzy na t. zw. „lekarzy sportowych". Wynik

ankiety, zebrany przez członka Komisji (prof. Dr. Ciechanowski) przedstawia się następująco: silnie rozwijające się zapotrzebowanie dotyczy 3 typów lekarzy. Są to: 1) docent lub prof. wych. fiz. dla szkolnictwa wyższego i kształcenia ogółu medyków i lekarzy; lekarz dobrze wyspecjalizowany w chirurgji, internie, ginekologji, obeznany praktycznie i teoretycznie z wych. fiz., potrzebny w wielkich środowiskach. Mogą to być też chirurdzy, interniści, lekarki, specjaliści w swym fachu i doświadczeni w wych. fiz.; 3) lekarz (lekarka), obeznany teoretycznie i praktycznie z wych. fiz. przygotowany do normalnych masowych badań, do czuwania nad higieną ćwiczeń, normalnego poradnictwa sportowego. Dla pierwszych dwóch typów konieczne są stypendja w kraju i zagranicą.

Medycy.

Dla typu trzeciego wszystkie opinje są zgodne; kształcenie studentów medycyny w zakresie zasad teoretycznych i praktyki wych. fiz. oraz wyrobienie ich sprawności osobistej jest możliwe już w czasie studjów, kształcenie to mogłoby być jedynie nadobowiązkowe w wymiarze 110 do 120 godzin oprócz godzin usprawnienia osobistego; zajęłoby to mniejwięcej po 1½ godziny tygodniowo przez 5 lat prócz usprawnienia osobistego.

Podobny program i wymiar godzin miałyby kursy dokształcające dla lekarzy, 2 — do 6-tygodniowe. Pozatem potrzebną jest conajmniej ½ roczna praktyka pod kierownictwem starszego lekarza w. f. w poradniach, na obozach i t. p.

Tak wykształceni lekarze mieliby pierwszeństwo przy uzyskiwaniu odpowiednich posad.

Ustalono w porozumieniu z M. S. Wojsk. szkolenie w zakresie wychowania fizycznego lekarzy obsługujących obowiązkową służbę wojskową w wymiarze 80 godzin w czasie odbywania przez nich kursu Szkoły Podchorążych Rezerwy.

W odniesieniu do kadry zawodowej oficerów lekarzy, M. S. Wojsk. ustaliło, że każdy wychowanek Szkoły Pdchor. Sanit.otrzyma poza dotychczasowem wykształceniem fachowo-wojskowem, jeszcze specjalne wyszkolenie w zakresie w. f.; w tym celu włączono do dotychczasowych programów wyszkolenia wychowanków szkoły, poza wychowaniem fiz. sprawnościowem i instruktorskiem, zakres teoretycznych wiadomości lekarza sportowego w wymiarze około 100 godzin.

Pozatem każdy z lekarzy — wychowanków Szkoły przejdzie 2-tygodniową specjalizację w Centr. Instytucie Wych. Fiz. na Bielanach.

Realizacja

Realizacja kształcenia jest trudną, gdyż wymaga utworzenia katedr lub docentur wych. fiz. na wszystkich uniwersytetach, wymaga kilku wykładających, specjalistów odnośnych działów z odrębnymi wykładami i ćwiczeniami. Odnośne godziny zlecone musiałyby być wydzielone jako specjalnie przeznaczone na wych. fiz. Przy katedrach musiałyby powstać zakłady naukowe będące równocześnie poradniami w. f. dla młodzieży akademickiej, dalej wymaga to uruchomienia ćwiczeń praktycznych dla młodzieży akademickiej z całym koniecznym tu aparatem.

Zawody marszowe.

Osobisty kontakt członków Komisji lekarskiej z organizatorami Marszu Kadrówki spowodował żywą współpracę Komisji lekarskiej i Komendy Głównej oraz Okręgu krakowskiego Związku Strzeleckiego, w wyniku czego Komenda Okręgu krakowskiego wydała już w jesieni 1931 instrukcję dla swoich lekarzy, a Zarząd Zw. Strzel. na wiosnę 1932 wydał w ścisłej współpracy z Komisją lekarską obszerną instrukcję dla lekarzy czynnych przy zaprawie i zawodach marszowych. Podkreślić należy, że postulaty Kom. lek. dla poprawy higjeny marszów znalazły pełne zrozumienie władz Zw. Strzel.

Eliminacje Olimpijskie.

Celem szczegółowego zbadania kandydatów polskich na Olimpjadę 1932 w Los Angelos, U. S. A., utworzoną została podkomisja, która obecnie zajmuje się przeprowadzeniem badań kandydatów na początku ich pobytu w obozie olimpijskim; badania te zostaną powtórzone przed samym wyjazdem dla uniknięcia wysyłania zawodników przemęczonych.

Zagadnienia teoretyczne.

Komisja lekarska rozpatrywała (13. XII. 30) teorję Baetznera o szkodliwościach sportowych na podstawie referatu Dra Dubowskiego. Odrzucając teorję Baetznera w jego jaskrawem sformułowaniu, widzi Komisja lekarska główne źródło szkód w żle prowadzonej, a zwłaszcza zbyt krótkiej, forsownej i zawcześnie specjalizującej

zaprawie w połączeniu z niedostatecznem leczeniem pourazowem. Wydana w międzyczasie dra Bętkowskiego: Chirurgja sportowa stanowić będzie źródło informacji dla lekarza polskiego.

Sport kobiecy.

Komisja lekarska rozpatrywała na podstawie referatów Dr. Zabawskiej-Domosławskiej i dra Dybowskiego sprawy sportu kobiecego. Stanowisko Komisji wskazuje na zbytnią maskulinizację sportu kobiecego, odrzuca szereg gałęzi sportu w zupełności jako dla kobiet nieodpowiednie. Tu należą podnoszenie ciężarów, zapaśnictwo, skoki narciarskie, skoki wieżowe do wody, polo wodne, piłka nożna, rugby, boks, kolarstwo. Dalej przeciwstawia się Komisja jednostronności i wczesnej specjalizacji jeszcze bardziej u kobiet niż u mężczyzn.

Wpływ ćwiczeń na narząd krążenia.

Na podstawie referatu dra Dybowskiego omawiała Komisja lekarska na posiedzeniu 31. X. 31. wpływ ćwiczeń fizycznych ,aparat krążenia oraz ewentualne wynikające stąd szkodliwości. Analiza prac dawniejszych wykazała konieczność odrzucenia bardzo znacznej ich części, duże sprzeczności w pozostałych, wskazała na konieczność rozpoczęcia prac własnych w kraju,

---

DR. N. BLUMENTALÓWNA.

Wpływ ćwiczeń oddechowych śródlekcyjnych na zmęczenie nauczycieli i dzieci w szkole.

(Z Oddziału Higjeny Pracy P. S. H. Kierownik Dr. B. Nowakowski).

W związku z zarządzeniem Ministerstwa W. R. i O. P. w sprawie ćwiczeń oddechowych śródlekcyjnych, które ukazało się w Dzienniku Urzędowym Kuratorjum Okręgu Szkolnego Warszawskiego dnia 5.I. 32 r., na czasie będzie uprzytomnienie sobie ewolucji poglądów i badań nad wpływem ćwiczeń oddechowych na organizm ludzki.

Jeszcze kilka lat temu były one gorąco zalecane i nakazywane przez władze szkolne. Następnie, wobec sprzecznych poglądów naukowych na ich znaczenie, stosunek do nich zobojętniał. Obecnie pod nową nazwą ćwiczeń śródlekcyjnych znów są nakazane przez władze szkolne. Aczkolwiek i te, tak zwane ćwiczenia śródlekcyjne, polegają na wykonywaniu kilku głębokich oddechów pośrodku lekcji, to istotę ich jednak stanowić mają nie owe głębokie oddechy i wydechy, a rozluźnienie napiętych mięśni ucznia.

Nie ulega wątpliwości, że przebywanie 5, 6 godzin oraz system nauczania w szkołach obecnego typu wywiera niekorzystny wpływ na rozwój fizyczny dziecka. Organizm dzieci, intensywnie rosnący i wymagający dla prawidłowego rozwoju ciągłego ruchu, z trudem i nie bez szkody dla zdrowia przystosowuje się do kilkugodzinnego siedzenia w ławce. Dzieci w ławkach przeważnie garbią się, kręgo-

słup ich wygina się łukowato, klatka piersiowa zapada się, jama brzuszna jest uciśnięta. Wytwarza to złe warunki dla krążenia i oddychania, powoduje częste skrzywienia kręgosłupa i przyczynia się do rozwoju krótkowzroczności.

Pozatem sam akt uwagi wywołuje płytszy oddech, który przy bardzo dużem jej natężeniu zupełnie się zatrzymuje. Podczas kilkugodzinnego przebywania w szkole ten sposób oddychania może spowodować stałe niedostateczne przewietrzanie płuc, zwłaszcza szczytów i wnęk, zmniejszając w ten sposób odporność na zarazek gruliczy. Dziecko, zmuszone do pracy umysłowej w niekorzystnych dla siebie warunkach, niedługo wogóle jest zdolne do intensywnej pracy. Uwaga ustępuje miejsca rozproszeniu, kręceniu się i bawieniu się czemkolwiek. Mimo uwag nauczyciela i często wysiłku woli, dziecko nie jest w stanie opanować się, i część lekcji przepada dla niego bezużytecznie. Obok więc złego wpływu na organy oddechowe i system nerwowy zachodzi niedostateczne wykorzystanie lekcji pod względem intelektualnym.

Co się tyczy nauczyciela, to wskutek wymagających wysokiego napięcia nerwowego wysiłków, by sprostać swemu zadaniu, polegającemu na nauczaniu i jednoczesnem utrzymaniu dzieci w spokoju, znużenie jego pod koniec lekcji jest bardzo duże i, kumulując się, wywołuje z biegiem czasu przemęczenie zawodowe wraz z jego następstwami: neurastenją, nerwicami i t. p.

Dla zrównoważenia ujemnego wpływu szkoły obecnej zarówno na dzieci, jak i na nauczyciela, zalecane są oddawna ćwiczenia oddechowe. Jeden z pierwszych stosował je Winkler, dyrektor szkoły realnej w Wiedniu. Ćwiczenia te wykonywał z dziećmi w przerwach pomiędzy lekcjami na dziedzińcu lub na sali rekreacyjnej.

O wpływie korzystnym gimnastyki oddechowej na funkcję płuc wypowiada się bardzo wiele poważnych głosów: Między innymi Hofbauer zaleca je jako profilatykę przed gruźlicą, tkanka bowiem płucna lepiej ukrwiona i odżywiona podczas głębokich oddechów, zwiększa swą odporność na różne schorzenia. Pogłębianie oddechu uruchamia jednocześnie szczyty i wnęki, które przy upośledzonem oddychaniu są gorzej odżywiane. Zaleca on zwłaszcza gimnastykę oddechową przy usposobieniu i stanach astmatycznych, przytem stosuje oddychanie przeważnie typu brzusznego. Prof. Czudnowski twierdzi, że inhalacje przy schorzeniach płuc działają dobrze nietylko ze

względu na parę wodną i rozpuszczone w niej leki, lecz i z powodu gimnastyki oddechowej, t. j. głębokich oddechów, wykonywanych podczas inhalacyj.

Dr. Buchner jest zdania, (Gazeta Lekarska, 1930 r.) że gimnastyka oddechowa racjonalnie przeprowadzona u osób z niedorozwiniętą klatką piersiową, lub nieumiejących odpowiednio używać aparatu oddechowego, jest najlepszym czynnikiem zapobiegawczym w rozwoju późniejszych schorzeń płucnych. Oczywista rzecz, że, by osiągnąć swój cel, musi ona być odpowiednio przeprowadzona. Ostatnio jednak ćwiczenia oddechowe jako takie, wyrugowane zostały nawet z lekcji gimnastyki, ustępując miejsca samorzutnym oddechom następujących po biegach, pływaniu, lub innych intensywnych ćwiczeniach cielesnych, przytem tempo oddychania jest dowolne.

Wyniki ostatnich badań są tak różnorodne, że definitywnie znaczenie ćwiczeń oddechowych nie jest jeszcze znane.

Szulc i Zeki (Przegląd Sportowo-Lekarski, 1929 r.) w badaniach swych znaleźli, że przy oddychaniu dowolnie przyśpieszonem. a więc, wzmożonem przewietrzaniu płuc, współczynnik oddechowy się zwiększa, t. j. ilość wydzielonego CO_2 jest większa od ilości pochłoniętego tlenu. To samo lecz w mniejszym stopniu ma miejsce przy dowolnie zwolnionem oddychaniu. Po dowolnie zwolnionym oddechu mamy w okresie następowego oddychania mniejsze pochłanianie tlenu i wydalanie CO_2, niż przed rozpoczęciem doświadczenia, co powodowane jest tem, że dowolnie wzmożone przewietrzanie płuc powoduje nadmierne obniżenie kwasu węglowego we krwi, a to pociąga za sobą zmniejszenie pobudliwości ośrodka oddechowego. Zachodzą więc tu zaburzenia wymiany gazów przy znacznie mniejszej wentylacji, niż to ma miejsce normalnie.

Doświadczenie Simonsona, (Wychowanie fizyczne, 1931 r. „O oddychaniu". — Dr. Reicherówna), który badał działanie wzmożonego oddychania na wypoczynek po pracy, wykazują, że naogół występował on znacznie szybciej przy następującem po pracy dowolnie wzmożonem przewietrzaniu płuc, aniżeli po takiej-że pracy bez następowych głębokich oddechów. Podobne wyniki mają Efimon i Arszewski, którzy również badali wpływ na zmęczenie wzmożonego przewietrzania płuc w czasie wykonywania samej pracy. Z powodu lepszego przewietrzania płuc dostęp tlenu do mięśni był wtedy lepszy, wobec czego kwas mleczny nie gromadził się w mięśniach, ser-

ce zaś było odciążone i z powodu lepszego ukrwienia mniej znużone, co wspólnie ze wzmożonem usuwaniem CO_2, a także korzystnem działaniem ruchów oddechowych na krążenie, mogło wytłomaczyć dodatnie działanie wzmożonego oddychania na okres wypoczynkowy po pracy.

W obu ostatnich badaniach wzmożone oddychanie następowało bezpośrednio po lub podczas wysiłku fizycznego, a więc w okresie, gdy organizm miał zapotrzebowanie na zwiększoną ilość tlenu. Jaki wpływ wywierają ćwiczenia oddechowe na organizm dzieci, zmęczonych lekcją, t. j. pracą umysłową, oraz długotrwałem siedzeniem i brakiem ruchu, gdy spontanicznego zapotrzebowania na większy dowóz tlenu niema, a narzucamy go poniekąd zewnątrz, jest sprawą nierozstrzygniętą. By przyczynić się poczęści do wyjaśnienia tego zagadnienia przeprowadzałam ćwiczenia oddechowe śródlekcyjne na szeregu lekcyj, mierzyłam znużenie dzieci i nauczycieli na początku i końcu każdej lekcji i porównywałem je ze znużeniem po lekcjach bez ćwiczeń oddechowych.

Ćwiczenia oddechowe przeprowadzałam w ten sposób, iż pośród lekcji, gdy dawało się odczuć znużenie i rozproszenie uwagi, dzieci wstawały i przy otwartych oknach wykonywały 4, 5 głębokich oddechów, połączonych z ruchami rąk i tułowia oraz wspięciem na palce. Dzieci zbadanych było 25 w wieku 10 — 12 lat.

Ilość lekcyj z ćwiczeniami oddechowemi — 587, bez ćwiczeń — 504. Znużenie u dzieci badałam tekstem zapamiętywania liczb.

Przed rozpoczęciem lekcyj odczytywałam dzieciom 12 liczb: 4 jednocyfrowe, 4 dwucyfrowe i 4 trzycyfrowe. Liczby te były pomieszane ze sobą. Dzieci zapisywały liczby zapamiętane. Bezpośrednio po ukończeniu lekcji odczytywałam ponownie liczby analogiczne, lecz inne niż poprzednie. Przez porównanie (różnicę) ilości liczb, zapamiętanych na początku i końcu lekcji otrzymywałam wskaźnik zmęczenia. (Talica 1-sza) Średnia, wyrażająca zmęczenie na lekcjach bez ćwiczeń oddechowych = 1,16 i jest znacznie większa od średniej zmęczenia na lekcjach z ćwiczeniami oddechowemi, gdzie wynosi — 0,95, co już na pierwszy rzut oka wykazywałoby korzystwpływ ćwiczeń oddechowych na zmęczenie uczniów. Matematycznie zaś udowodnionem to będzie tylko wtedy, gdy różnica średnich będzie przynajmniej trzykrotnie większa, aniżeli błąd prawdopodobny różnicy.

W naszym wypadku różnica średnich — $M_x - M_2 = -1,16 - (-0,95) = -0,21$. Potrójny błąd prawdopodobny różnicy — $3\sum = 0,17$.

Różnica średnich jest tu więc znacznie większa niż trzykrotnie od błędu prawdopodobnego różnicy. Mamy więc na zasadzie tego prawo wnioskować o dodatnim wpływie ćwiczeń oddechowych śródlekcyjnych na zmęczenie dzieci.

Co się tyczy nauczycieli, to badanych było 7 osób. Ilość lekcyj z ćwiczeniami oddechowemi — 100, bez ćwiczeń — 108. Ćwiczenie oddechowe wykonywali nauczyciele razem z dziećmi w sposób powyżej opisany. Zmęczenie nauczycieli badałam metodą bezpośrednią, zapomocą testu: na uwagę Bourdon'a. Bezpośrednio przed i po lekcji nauczyciel podkreślał w ciągu 20 sekund wskazaną mu literę. Różnica ilości liter, podkreślonych przed i po lekcji, oraz uczynionych przy tem błędów (t. j. podkreślonych i innych liter) wskazywała stopień zmęczenia. (Tablice II i III).

Pozatem stosowałam jeszcze pośrednią metodę mierzenia zmęczenia umysłowego zapomocą mierzenia dynamometrem siły prawej i lewej ręki bezpośrednio przed i po lekcji. (Tablice IV i V).

I tu również wszędzie zarówno pierwszy rzut oka jak i matematyczne dowodzenia wykazują dodatni wpływ ćwiczeń oddechowych na znużenie szkolne. Jest on nawet tu większy niż u dzieci.

Uwzględniając ostatnie poglądy naukowe na regulowanie jakości i ilości oddechów przez ośrodek oddechowy, który automatycznie dostosowuje się do potrzeb organizmu, możnaby wytłómaczyć ten dodatni wpływ ćwiczeń oddechowych nie działaniem samych oddechów, jako takich, a tem, że połączone z ruchami rąk i tułowia, rozluźniają mięśnie znajdujące się w stanie skurczu w związku z długotrwałem siedzeniem zwłaszcza przy napiętej uwadze, korygują postawę i w ten sposób pobudzają oddech i krążenie. Dostarczając jednocześnie organizmowi krótkiego wypoczynku umysłowego, zmniejszają napięcie nerwowe zarówno dzieci, jak i nauczycieli, umożliwiają większe zachowanie równowagi duchowej i cielesnej do końca lekcji i w ten sposób wpływają również dodatnio na sprawność umysłową dzieci.

Tablica Nr. 1.

Badanie zmęczenia dzieci zapomocą testu zapamiętania liczb na początku i końcu lekcji.

	Bez ćwiczeń oddechowych			Ćwiczenia oddechowe		
Uczniowie	Ilość lekcyj	Suma różnic ilości liczb, zapamiętanych na początku i końcu lekcji	Liczby średnie	Ilość lekcji	Suma różnic ilości liczb, zapamiętanych na początku i końcu lekcji	Liczby średnie
1. A	19		—1,7	24	— 18	—0,75
2. B	35	—32	—0,7	41	— 14	—0,3
3. B	17	—24	+0,2	22	— 30	—1,4
4. B	24	+ 4	— 1	30	— 13	—0,4
5. B	25	—24	— 3	33	—115	—3,5
6. B	14	—73	— 1	9	— 10	—1,1
7. C	14	—14	— 1	20	— 23	—1,1
8. F	8	—14	—2,6	14	+ 8	+0,6
9. F	23	—21	—0,9	21	— 17	—0,8
10. H	24	—22	—1,4	37	— 7	—0,2
11. K	41	—34	—0,9	34	— 15	—0,4
12. K	16	—37	— 2	10	— 7	—0,7
13. Ł	13	—31	+0,9	11	+ 6	+0,5
14. M	23	+12	—0,7	26	— 14	—0,5
15. O	28	—15	—1,3	23	— 38	—1,6
16. R	26	—36	—1,2	34	— 77	—2,2
17. W	13	—32	—0,4	12	+ 2	+0,2
18. Sz	8	— 5	+2,4	20	— 37	—1,8
19. Sz	20	+19	—0,9	25	— 5	—0,2
20. R	10	—19	—2,5	18	— 6	—0,3
21. S	26	—25	—1,6	24	— 49	—2,0
22. S	12	—43	—0,9	32	— 19	—0,6
23. T	29	—11	—1,4	30	— 19	—0,6
24. T	21	—42	—1,3	25	— 16	—0,6
25. Z.	15	—27	—2,5	12	— 39	—3,2
	504	—38		587		

M_x (średnia bez ćw. odd. = —1,16 M_z (średnia przy ćw. odd. = —0,95

$M_x - M_z$ (różnica średnich) = —1,16 — (—0,95) = — 0,21

$\left(\frac{\sigma_x}{504}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie bez ćw. oddech.=0,0015

$\left(\frac{\sigma_z}{587}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie przy ćw. oddech.)=0,0017

$\left(\sum_{xz}\right)^2$ (błąd prawdopodobny różnicy w kwadracie) = 0,0015 + + 0,0017 = 0,0032

$\sum_{xz}$ (błąd prawdopodobny różnicy) = 0,057

$3\sum_{xz}$ (potrójny błąd prawdopodobny różnicy = 0,17

Wynik: różnica średnich — (—0,21) przewyższa więcej niż trzykrotnie błąd prawdopodobny różnicy (0,17).

Zaznacza się tu więc korzystny wpływ ćwiczeń oddechowych na ilość zapamiętanych liczb.

Tablica 2.

Badanie zmęczenia nauczycieli zapomocą testu podkreślenia liter (Bourdon'a) na początku i końcu lekcji

Nauczyciele	Bez ćwiczeń oddechowych: Ilość lekcyj	Bez ćwiczeń oddechowych: Suma różnic pomiędzy ilością liter, wykreślon. na początku i końcu lekc.	Bez ćwiczeń oddechowych: Liczby średnie	Ćwiczenia oddechowe: Ilość lekcyj	Ćwiczenia oddechowe: Suma różnic pomiędzy ilością liter, wykreślon. na początku i końcu lekc.	Ćwiczenia oddechowe: Liczby średnie
1. G	9	—17	—1,9	10	+17	+1,7
2. B	12	— 4	—0,3	8	+ 2	+0,2
3. Z	17	—12	—0,7	13	— 8	—0,6
4. K	12	+17	+1,4	13	—10	—0,8
5. H	16	+18	+1,1	11	+17	+1.5
6. D	20	—27	—1,3	22	— 3	—0,2
7. B	22	—26	—1,2	23	— 6	—0,3
	108			100		

M_x (średnia bez ćw. odd.) = —0.47 M_z (średnia przy ćw. odd.) = +0,08

$M_x - M_z$ (różnica średnich) = —0,47 — 0,08 = —0,55

$\left(\frac{\sigma_x}{108}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie bez ćw. oddech) = 0.0108

$\left(\frac{\sigma_z}{100}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie przy ćw. oddech) = 0,0069

$\left(\sum_{xz}\right)^2$ (błąd prawdopodobny różnicy w kwadracie) =

= 0,0108 + 0,0069 = 0,0277

$\sum_{xz}$ (błąd prawdopodobny różnicy) = 0,13

$3\sum_{xz}$ (potrójny błąd prawdopodobny różnicy) = 0,39

Wynik: różnica średnich (—0,55) przewyższa więcej niż trzykrotnie błąd prawdopodobny różnicy (0,39).

Zaznacza się tu więc korzystny wpływ ćwiczeń oddechowych na ilość podkreślonych liter.

Tablica 3.

Badania zmęczenia nauczycieli zapomocą obliczania ilości błędów, popełnionych przy podkreślaniu liter na początku i końcu lekcji.

	Bez ćwiczeń oddechowych			Ćwiczenia oddechowe		
Nauczyciele	Ilość lekcyj	Suma różnic pomiędzy ilością błędów na początku i końcu lekcji	Liczby średnie	Ilość lekcyj	Suma różnic pomiędzy ilością błędów na początku i końcu lekcji	Liczby średnie
1. G.	9	+ 11	+ 1,2	10	+ 9	+ 0,9
2. B.	12	+ 1	+ 0,08	8	+ 3	+ 0,4
3. Z.	17	+ 14	+ 0,8	13	+ 5	+ 0,4
4. K.	12	+ 1	+ 0.08	13	+ 5	+ 0,4
5. H.	16	+ 6	+ 0,4	11	0	0
6. D.	20	+ 19	+ 0,9	22	— 11	— 0,5
7. B.	22	+ 8	+ 0,4	23	— 5	— 0,2
	108			100		

M_x (średnia bez ćw. odd.) = 0,56 M_z (średnia przy ćw. odd.) = 0,07

$M_x - M_z$ (różnica średnich) = 0,56 — 0,07 = 0,49

$\left(\frac{\sigma_z}{108}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie bez ćw. odd.) = 0,0011

$\left(\frac{\sigma_x}{100}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie przy ćw. odd.) = 0,0019

$\left(\sum_{xz}\right)^2$ (błąd prawdopodobny różnicy w kwadracie) =

= 0,0011 + 0,0019 = 0,0030

$\sum_{xz}$ (błąd prawdopodobny różnicy) = 0,055

$3\sum_{xz}$ (potrójny błąd prawdopodobny różnicy) = 0,165

Wynik: różnica średnich (0,49) przewyższa znacznie więcej niż trzykrotnie błąd prawdopodobny różnicy (0,165)

Zaznacza się więc tu bardzo korzystny wpływ ćwiczeń oddechowych na ilość błędów, popełnionych przy podkreślaniu liter.

Tablica 4.

Mierzenie zmęczenia nauczycieli zapomocą pomiaru siły ręki prawej na początku i końcu lekcji

	Bez ćwiczeń oddechowych			Ćwiczenia oddechowe		
Nauczyciele	Ilość lekcyj	Suma różnic pomiędzy siłą prawej ręki na początku i końcu lekcji	Liczby średnie	Ilość lekcyj	Suma różnic pomiędzy siłą prawej ręki na początku i końcu lekcji	Liczby średnia
1. G	9	— 6	—0,7	10	+11	+1,1
2. B	12	—11	—0,9	8	— 7	—0,9
3. Z	17	0	0	13	+30	+2,3
4. K	12	—13	— 1	13	+ 7	+0,5
5. H	16	— 7	—0,4	11	+13	+1,2
6. D	20	—49	—2,4	22	—23	—1,0
7. B	22	—30	—1,4	23	+ 4	+0,2
	108			100		

M_x (średnia bez ćw. odd.) = — 1,06 M_z (średnia przy ćw. odd.) = + + 0,27 $M_x - M_r$ (różnica średnich) = —1,06 — 0,27 = —1,33

$\left(\frac{\sigma_x}{108}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie bez ćw. oddech.)=0,0057

$\left(\frac{\sigma_z}{100}\right)^2$ błąd prawdopodobny w kwadracie przy ćw. oddech.)=0,0122

$\left(\sum_{xz}\right)^2$ (błąd prawdopodobny różnicy w kwadracie) =

= 0,0057 + 0,0122 = 0,0179

$\sum_{xz}$ (błąd prawdopodobny różnicy) = 0.13

$3\sum_{xz}$ (potrójny błąd prawdopodobny różnicy) = 0,39

Wynik: Różnica średnich (—1,33) przewyższa znacznie więcej niż trzykrotnie (10-krotnie) błąd prawdopodobny różnicy (0,39).

Zaznacza się więc korzystny wpływ ćwiczeń oddechowych na siłę prawej ręki na początku i końcu lekcji.

Tablica 5.

Mierzenie zmęczenia nauczycieli zapomocą pomiaru siły ręki lewej na początku i końcu lekcji.

	Bez ćwiczeń oddechowych			Ćwiczenia oddechowe		
Nauczyciele	Ilość lekcji	Suma różnic pomiędzy siłą ręki lewej na początku i końcu lekcji	Liczby średnie	Ilość lekcyj	Suma różnic pomiędzy siłą ręki lewej na początku i końcu lekcji	Liczby średnie
1. G	9	+37	+ 4	10	— 7	—0,7
2, B	12	0	0	8	0	0
3. Z	17	0	0	13	+ 5	+0,4
4. K	12	—45	—3,8	13	—19	—1,4
5. H	16	— 6	—0,4	11	+ 1	+0,09
6. D	20	—30	—1,5	22	— 3	—0,1
7. B	22	—29	—1,3	23	+ 7	+0,3
	108			100		

M_x (średnia bez ćw, odd.) = — 0,69 M_z (średnia przy ćw. odd.) = —0,14

$M_x - M_z$ (różnica średnich) = —0,69 — (—0,14) = —0,55

$\left(\frac{\sigma_x}{108}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie bez ćw. oddech.) = 0,0301

$\left(\frac{\sigma_z}{100}\right)^2$ (błąd prawdopodobny w kwadracie przy ćw. oddech.) = 0,0023

$\left(\sum_{xz}\right)^2$ (błąd prawdopodobny różnicy w kwadracie) =

= 0,0301 + 0,0023 = 0,0324

$\sum_{xz}$ (błąd prawdopodobny różnicy) = 0,18

$3\sum_{xz}$ (potrójny błąd prawdopodobny różnicy) = 0,54

Wynik: różnica średnich (—0,55) powyższa bardziej niż trzykrotnie błąd prawdopodobny różnicy (0,54).

Zaznacza się więc dodatni wpływ ćwiczeń oddechowych na siłę lewej ręki na początku i końcu lekcji.

Dr. med. JADWIGA TITZ.
Stypendystka Poradni.

O działaniu gimnastyki leczniczej bezprzyrządowej na ustrój młodzieńczy ze szczególnem uwzględnieniem młodzieży astenicznej.

(Z Poradni Wychowania Fizycznego przy Drugiej Klinice Chorób Wewnętrznych Uniwersytetu Warszawskiego — Dyr. Prof. Dr. Med. Witold Orłowski).

(Dokończenie).

Myśl Poradni Wychowania Fizycznego wprowadzenia gimnastyki leczniczej na teren szkoły w Warszawie została bardzo przychylnie przyjęta przez Ministerstwo Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego i Kuratorjum Warszawskie, których materjalne poparcie i zgoda na utworzenie próbnych grup pozwoliły Poradni W. F. myśl wprowadzić w czyn.

Żywe zainteresowanie p. Dr. Leśkiewiczowej, lekarki szkolnej pozwoliły nam wybrać wśród młodzieży gimnazjum im. Konopnickiej odpowiedni materjał i w r. 1931 zostały utworzone 2 grupy gimnastyki leczniczej: dla asteniczek i dla dziewczynek ze skrzywieniami kręgosłupa.

Ponieważ materjał tych grup był szczupły, wyniki tych prób nie zostały podane w swoim czasie do wiadomości.

W r. b. poraz drugi została zorganizowana gimnastyka lecznicza na żądanie rodziców, za zgodą Kuratora, co umożliwiło zebranie nieco większego materjału.

Do grupy asteników zostały zaliczone osoby z typową budową asteniczną (budowa wąska, często nadmiernie wybujała, kościec wątły, szyja długa, łopatki odstające, z klatką piersiową o ustawieniu wydechowem), o tkance łącznej, wiotkiej, z trzewiami opadniętemi, często z sercami małemi (ortodiagramy wykazywały serca mniejsze od normy według tablicy Reicherówny, oraz Deutscha i Kaufa o 0,8—1,6 cm.), u których w większości przypadków stwierdzano szmery czynnościowe u podstawy serca a nawet i nad koniuszkiem, a często również młodzieńcza i oddechowa niemiarowość tętna.

Do grupy tej zaliczano też jednostki z sercami o wymiarach prawidłowych, ale wiszących, o nadmiernej pobudliwości nerwowej, u których w spokoju tętno wynosiło 96—114, a po ćwiczeniu (15 przysiadów, wykonywanych w ciągu 15 sekund) podnosiło się do 138—156, — wreszcie osoby z nadmiernie niskiem ciśnieniem.

Do grupy drugiej zaliczano dziewczynki z zaburzeniami w narządach ruchu, z wadami postawy: ze skrzywieniami bocznemi, z ustawieniem kifotycznem kręgosłupa, z nadmierną krzywizną lędźwiową typu lordozy, ze zbytniem napięciem mięśni, powodującem sztywną, naprężoną postawę, ze sztywnemi nieelestycznemi ruchami.

Jak już zaznaczono, bardzo często wady kośćca i narządu ruchu stwierdzaliśmy u dziewczynek, kwalifikowanych do grupy pierwszej, u których przy budowie astenicznej wystąpiła nadmierna lordoza, skrzywienie boczne lub płaskie stopy, — i odwrotnie, w grupie drugiej skrzywienia kręgosłupa łączyły się z budową asteniczną, małem sercem lub niemiarowem tętnem, co wymaga w poszczególnym przypadku kombinowania ćwiczeń typowych dla każdej grupy.

Ćwiczenia w tych grupach były prowadzone 2 razy w tygodniu po 1 godz. w godzinach popołudniowych.

Wybór godzin i pory dnia był kwestją bardzo trudną do rozwiązania. W Niemczech kwestja ta została załatwiona przed obecnym kryzysem w ten sposób, że w zamożnych szkołach dzieci, zwalniano z gimnastyki szkolnej, ćwiczą się w tych samych godzinach w innej sali pod kierunkiem lekarza i specjalnych w tym celu wykwalifikowanych „pomocnic lekarskich".

„Pomocnicami" takiemi są albo nauczycielki wychowania fizycznego, które ukończyły specjalne kursy gimnastyki leczniczej, albo pielęgniarki, które poza gimnastyką leczniczą zaznajomiły się też i z gimnastyką zwykłą.

W warunkach materjalnie gorszych dzieci, kwalifikujące się do gimnastyki leczniczej, zostają w Niemczech zwalniane w określonych godzinach z lekcji (niekoniecznie gimnastyki), by mogły iść do pobliskiej sali wspólnej dla paru sąsiadujących z sobą szkół.

W wypadkach ciężkich zaburzeń, wymagających bezwzględnie leczenia, dzieci są zwalniane z zajęć szkolnych na okres paru miesięcy, by móc uczęszczać na odpowiednie ćwiczenia, lub też są przenoszone do szkół leśnych („Waldschule"), gdzie spędzają większą część dnia na powietrzu, mają b. niewielką liczbę godzin zajęć, natomiast sporo ćwiczeń, gier, spacerów, odpowiednio dawkowanych.

W Ameryce (w Los Angeles), według zestawienia Departamentu Zdrowia i Wychowania Fizycznego miejskich szkół, który przed 10 laty założył sekcję gimnastyki leczniczej (dosłowne brzmienie — Sekcja korektywnego Wych. Fizycznego), każda szkoła wyższa posiada salę gimnastyki leczniczej i nauczycieli - korektorów, szkoły powszechne zaś w liczbie 55 zostały podzielone na 13 okręgów, w których stworzono poszczególne ośrodki dla najbliżej położonych szkół.

Ideału prowadzenia gimnastyki leczniczej w tej samej godzinie, w której młodzież jest zwolniona z gimnastyki szkolnej zwykłej, pomimo możności wykorzystania drugiej sali w gimnazjum, nie dało się nam uzyskać, z powodu natury technicznej: do grup gimnastyki leczniczej wybrano dziewczynki z różnych klas, a więc nie mające gimnastyki zwykłej w tych samych godzinach, zwalnianie natomiast z lekcji innych przedmiotów było w naszych warunkach nie do pomyślenia.

Myśl prowadzenia gimnastyki leczniczej bezpośrednio po lekcjach odrzucono, gdyż dzieci po 5 godz. pracy są zmęczone, zmęczenie zaś ćwiczących się uniemożliwiłoby należyte wykorzystanie czasu i należyte wykonanie ćwiczeń, które jako ćwiczenia korektywne, nieraz dość skomplikowane, wymagają skupienia uwagi i napięcia systemu nerwowego. Licząc, że młodzież w naszych warunkach spożywa obiad między 3—4 godz., wybraliśmy godz. 6—7, by dzieci mogły wypocząć po obiedzie i zdążyć na 8 godzinę na kolację.

Więcej nad 2 godziny gimnastyki leczniczej nie dało się nam uzyskać, pominąwszy materjalne przeszkody, ze względu na brak czasu u dzieci, są bowiem one obarczone dużym materjałem szkolnym, który muszą przerabiać w domu, a dzieci wątłe fizycznie, najczęściej jako słabsze też w nauce, mają prawie cały dzień wypełniony różnego rodzaju korepetycjami.

Z koniecznością przychodzenia dzieci poraz drugi do szkoły trzeba było się pogodzić, zmniejszając niepotrzebną stratę energji w ten sposób, że przy wyborze dzieci do gimnastyki leczniczej uwzględniliśmy odległość zamieszkania od gimnazjum.

Biorąc pod uwagę konieczność indywidualnego stopniowania nasilenia ćwiczeń, sprawdzania tętna, kontroli ogólnego stanu w grupie I-szej, w II-ej zaś indywidualizowania ćwiczeń (skrzywienia kręgosłupa prawo i lewostronne ku tyłowi i ku przodowi i t. d.) przestrzegania precyzyjnego wykonania ćwiczeń oraz trudność ćwiczeń

metodą Klappa, — liczbę ćwiczących się ograniczyliśmy do 10—12 osób w grupie. Ogółem zaś ćwiczyło się 42 uczennice.

Wiek ćwiczących się wahał od 12—15 r. życia. Jedna tylko dziewczynka miała lat 17; była to dziewczynka o budowie wybitnie astenicznej i wyglądzie dziecięcym, u której jeszcze nie wystąpił perjod; wreszcie w grupie „skrzywień" kręgosłupa były dwie dziewczynki w wieku lat 10.

Pod względem podziału na klasy przeważały kl. III, IV i V.

Wszystkie uczennice, uczęszczające na ćwiczenia gimnastyki leczniczej, były zwolnione z gimnastyki zwykłej; uprawianie jednocześnie ćwiczeń gimnastyki leczniczej i ćwiczeń zwykłej gimnastyki obarczałoby nadmiernie podwójną pracą ustrój mało wytrzymały na ćwiczenia; pozatem uprawianie ćwiczeń w gimnastyce zwykłej, nie odpowiadających danemu ustrojowi, niweczy często cały efekt leczenia.

Uczennice, zakwalifikowane do gimnastyki leczniczej, przed jej rozpoczęciem jak również po skończeniu kursu tej gimnastyki były badane w poradni Wychowania Fizycznego, pozatem były ważone co 10—14 dni w czasie trwania gimnastyki leczniczej.

(Przerwy nie powinno być).

W gimnastyce dla asteników zadanie doprowadzenia dzieci do takiego stanu, by mogły one brać udział w gimnastyce zwykłej, należy rozłożyć zasadniczo na rok. Dla wyjątkowo słabych czas ten może być lub też musi być przedłużony, dla niektórych może być skrócony.

Na naszych kursach musieliśmy w pierwszym i drugim roku prowadzenia gimnastyki leczniczej ograniczyć się do 4 miesięcy, co utrudniało zadanie, powodując przyspieszenie stopniowania ćwiczeń co do nasilenia, a więc siłą rzeczy krzywa nasilenia tych ćwiczeń musiała iść bardziej stromo, niż w warunkach normalnych. Charakter jednak ani poszczególnych ćwiczeń, ani toku lekcji nie został w niczem zmieniony.

Sposób prowadzenia przez nas gimnastyki dla asteników nieco się różnił od postępowania Kohlrauscha.

Kohlrausch, który usystematyzował ćwiczenia dla młodzieży astenicznej, zaczyna gimnastykę od ruchów oddechowych, po których następują szybkie, energiczne ćwiczenia tułowia, ramion, biegi, gry w piłkę. Ćwiczenia te trwają 15—20 min.; pomiędzy poszczególnemi ćwiczeniami niema przerw, zamiast nich Kohlrausch wprowadza odpowiednie ruchy, pobudzające oddychanie. Po ćwiczeniach na-

stępuje około 40 minutowy wypoczynek. Zczasem pomiędzy poszczególne grupy ćwiczeń wprowadzono odpoczynek dłuższy lub krótszy. Stopniowanie ćwiczeń przeprowadza Kohlrausch w ten sposób, że po pierwszych dniach wyżej opisanej gimnastyki wprowadza koło 30 minut gimnastyki na czworakach; prócz tego, w niedzielę stosuje spacer, odpowiednio stopniowany, wynoszący od 10—20 klm.

Kohlrausch stwierdził poprawę stanu odżywiania, popraw cery i nieco mniejsze przyspieszenie tętna.

W gimnastyce leczniczej, stosowanej przez nas w gimnazjum im. Konopnickiej, rozłożono materjał w sposób następujący: na 25 godz. ćwiczeń w każdej grupie (pomimo 4 miesięcy prowadzenia gimnastyki — godzin lekcji gimnastyki leczniczej wypadło tylko 25, gdyż odpadły święta Wielkanocne i dwie rekolekcje) 3 godz. ćwiczenia odbywały się w pozycji tylko leżącej, 10 godz. w pozycji poziomej leżącej (30 min.) i na czworakach (30 min.), 8 godz. w pozycji leżącej i na czworakach w sumie po kwadransie, przez drugie 1/2 godz. w pozycji siedzącej i klęczącej i 4 godziny w poz. leżącej oraz na czworakach łącznie przez 15 minut, przez 15 minut w pozycji siedzącej i klęczącej i 1/2 godziny w pozycji stojącej, przyczem czas trwania ćwiczeń w tej czy innej pozycji był bardzo indywidualny.

W tym zgrubsza nakreślonym planie co do czasu trwania poszczególnych ćwiczeń równoważne, stosowane przez 10—12 minut w każdej godzinie, kosztem tych czy innych ćwiczeń, zależało od nastawienia psychicznego uczennic, czasem mniej, czasem więcej zmęczonych, czasem szybciej nużących się jakiemś ćwiczeniem. Ćwiczenia te, urozmaicające gimnastykę leczniczą, bardzo są lubiane przez młodzież jako miła rozrywka, pozwalająca wykazać zręczność i zgrabność ćwiczących się.

Pozatem ćwiczenia równoważne, chociaż przyrządowe i wykonywane w pozycji pionowej, zastosowaliśmy dość szeroko z tych względów, że działają one szczególnie na unerwienie mięśni, powodując szybkie oddziaływanie mięśni na bodźce nerwowe, ćwiczą harmonijną współpracę poszczególnych grup mięśniowych i utrzymanie punktu ciężkości według wymagań prawidłowej statyki, a tem samem należą do ćwiczeń, wybitnie wpływających na poprawę postawy.

Nie mając możności dania uczenicom po lekcji 40 minutowego wypoczynku, w grupach tych zastosowaliśmy po każdem intetnsywnie wykonanem ćwiczeniu przerwy wypoczynkowe, bardzo szeroko indy-

widualizowane, tak by tętno po każdem ćwiczeniu powracało prawie do normy.

Obserwacja po paru lekcjach wykazała, że po całej lekcji gimnastyki leczniczej tętno wraca do liczb przed rozpoczęciem lekcji mniej więcej po 3—5—10 min., a więc odpoczynek w ciągu 10—15 min. po lekcji był zupełnie wystarczający.

Dla ilustracji przytaczam przykład.

Przykład 1.

St. l. 12. uczeń kl. III.

	Przed gimn. leczniczą	Po gimn. leczniczej					
		bezpośrednio po gimn.	1'	2'	3'	4'	5'
Mx.	90	100	90	90	90	90	90
Mn.	40	35	40	40	40	40	40
Tętno siedząc	102	120	108	102	102	108	102
Tętno stojąc	108						

Przykład 2.

Cl. 16 uczeń kl. VII.

	Przed gimn. leczniczą	Po gimn. leczniczej					
		bezpośrednio po gimn.	1'	2'	3'	4'	5'
Mx.	110	130	110	110	110	110	110
Mn.	60	50	50	60	60	60	60
Tętno siedząc	66	102	90	84	84	84	78
Tętno stojąc	90						

Badania przed gimnastyką leczniczą wykonywane po 15 min. wypoczynku uczenicy w poz. siedzącej.

Początkowo przerwy pomiędzy poszczególnemi ćwiczeniami trwały dość długo, zanim tętno się nie wróciło do stanu wyjściowego, mianowicie 15, czasem 20 min. Stopniowo jednak przerwy te można było skracać na korzyść ćwiczeń, tak że trwały one po 3—5 min., ćwiczenia zaś były przedłużane tak, by tok lekcyjny zbliżał się do normalnego.

Wprzerwach wypoczynkowych ćwiczeń oddechowych w postaci głębokich oddechów i wydechów nie stosowaliśmy. Ćwiczenia te jako dobrze rozwijające klatkę piersiową, stosowane dotychczas na zasadach empirycznych, zostały zakwestjonowane przez Lindharda; który przeprowadzał pomiary pojemności i obwodu klatki piersiowej przy różnych postawach, mających charakter ćwiczeń oddechochowych, i stwierdził zmniejszenie się w tych warunkach powyższych wymiarów.

Z punktu widzenia fizjologicznego nie są one celowe, gdyż oddychanie głębokie dowolne jest brutalnem wkroczeniem w dziedzinę autoregulacji ustroju, który sam te sprawy załatwia, w zależności od zapotrzebowania ustroju.

W celu jednak nauczenia dzieci prawidłowego oddychania — w lekcji gimnastyki zostały uwzględnione odpowiednie ćwiczenia, mające na celu specjalnie ćwiczenie mechanizmu oddychania, który u większości młodzieży jest upośledzony ze względu na warunki i tryb życia.

Ćwiczenia te polegały na rytmicznem podnoszeniu rąk w kierunku przedłużenia osi ciała ponad głowę i opuszczaniu wzdłuż ciała w poz. leżącej na plecach. W warunkach tych pas barkowy opiera się całym ciężarem na klatce piersiowej, a przepona ma szczególnie dobre warunki do ćwiczenia się, gdyż podczas wdechu musi pokonywać ciężar wątroby, która w pozycji leżącej nie zsuwa się w dół swoim ciężarem, jak się to dzieje w pozycji stojącej

Pozatem staramy się ćwiczenia podawać na 2—4 tempa, tak by odpowiadały okresom wdechu i wydechu, by uczyły dzieci oddychać prawidłowo, nie wstrzymując oddechu, t. zn. nie pracować w waraunkach doświadczenia Valsalvy. Dzieci nie powinny zwracać uwagi na sposób oddychania, powinien on wypływać z istoty i sposobu wykonania ćwiczenia, wtedy bowiem dziecko oddycha naturalnie, nie sztucznie, nie zagłęboko.

W czasie wypoczynku pozostawiamy zupełną swobodę oddychania, wymagając jedynie, by młodzież pozostawała w pozycji leżą-

cej i to na plecach, oraz przestrzegając należytego rozluźnienia mięśni.

Odprężenie całkowite mięśni powoduje lepszy, intensywniejszy wypoczynek i odnowę sił, spokojniejszy i równy oddech bez świadomości odczuwania mechanizmu oddychania. Pozatem zupełne odprężenie napięcia nerwów i mięśni ułatwia naukę prawidłowego posługiwania się odpowiedniemi drogami nerwowemi, należytego unerwowienia mięśni, które będąc stale nieprawidłowo używane, oddziaływują naogól źle i nieprawidłowo na bodźce.

Przed rozpoczęciem gimnastyki leczniczej, jak i po jej ukończeniu, dziewczynki były badane w Poradni Wychowania Fizycznego z uwzględnieniem, jak zwykle, badania czynnościowego, ortodiagramu serca, pomiarów i analizy moczu.

Co się tyczy uzyskanych przez nas wyników gimnastyki leczniczej należało się spodziewać b. nieznacznych. Nieregularne uczęszczanie dziewczynek na ćwiczenia z powodu chorób, perjodów i zbyt małego zainteresowania się ze strony rodziców, którzy bardzo pobłażliwie traktowali opuszczanie przez dzieci gimnastyki leczniczej, (średnio dziewczynki uczęszczały przez cały czas trwania ćwiczeń leczniczych od 9 do 22 godzin), bardzo utrudniało pracę. Niejednakowe postępy w wykonywaniu ćwiczeń i zaznajomieniu się z nowemi ćwiczeniami powodowały konieczność zbyt szerokiej indywidualizacji. Niemożność wyłączenia całego szeregu czynników, szkodliwie działających na ustrój słaby, jak dodatkowe lekcje muzyki, języków, późne chodzenie spać, nieregularne odżywianie się, nie pozwalały stworzyć warunków należytych dla dzieci, wymagających specjalnej pieczy. Wreszcie ślizgawka zimą, wiosną zaś siatkówka, które jakkolwiek bardzo pożądane i wskazane dla młodzieży, były uprawiane bez umiaru i możności skontrolowania stopnia zmęczenia, — wszystko to składało się na to, że można było spodziewać się wyników bardzo nikłych, jeżeli wogóle mogła być mowa o jakich rezultatach. Jednakże wyniki dodatnie były, i te najbardziej zaznaczyły się na układzie krwionośnym.

Krótki czas trwania gimnastyki leczniczej, spowodował że w grupie ze zmianami w narządach ruchu wynik pod względem poprawy wad kośćca był bardzo nieznaczny.

W grupie tej praca musi być rozłożona na b. długi okres czasu, nieraz lata całe, a więc w tak krótkim czasie nie mogliśmy się spodziewać jakiejkolwiek bądź poprawy w skrzywieniach. Potraktowaliśmy naszą pracę jako próbę postawy u osób z nawykowemi skrzywie-

niami, i jako ćwiczenia wstępne, rozluźniające mięśnie oraz jako ćwiczenia, wzmacniające poszczególne grupy mięśniowe (ćwicz. asymetr.) u osób ze skrzywieniami organicznemi. Obserwacja wykazała w przykładach ze skrzywieniami większego stopnia zasadniczo b. nieznaczną poprawę, dotyczącą samego skrzywienia nawet przy stosowaniu gimnastyki ortopedyczno - przyrządowej. Należy więc dążyć przez stosowanie odpowiednich ćwiczeń nietyle do poprawy samej wady kośćca, lecz do uruchomienia zesztywniałego kręgosłupa, do wzmocnienia poszczególnych grup mięśniowych. Przez przyzwyczajenie do ruchu osób, uważanych za niezdatne do ćwiczeń, należy dążyć do wzmocnienia mięśnia sercowego, podniesienia odporności przez zahartowanie na zmęczenie i zmiany temperatury (ćwiczenia na świeżem powietrzu, przy otwartych oknach), a tem samem do zmniejszenia poczucia kalectwa u osobnika, który bez tych warunków nie może brać udziału w życiu rówieśników.

Ten cel został osiągnięty. Sprężystość i elastyczność narządu ruchu zwiększyła się znacznie, wydolność fizyczna podniosła się, narząd krążenia wykazał dużą poprawę, podobną, jak w grupie asteniczek, o czem niżej.

3 dziewczynki z nawykowemi złemi postawami pozbyło się swych wad zupełnie, u paru dziewczynek w wieku lat 13, 15 i 17 znacznie wyrobiły się mięśnie podeszwy i stopy, tak, że spłaszczenie stopy poprawiło się znacznie.

Ze względu na krótki czas trwania gimnastyki leczniczej w grupie tej należy powstrzymać się od jakichkolwiekbądź wniosków, dalej idących, jeśli chodzi o zmiany w narządach ruchu. Co się zaś tyczy ogólnego stanu, to nawet przy tym okresie czasu poprawa była wyraźna.

W grupie asteniczek wyniki dodatnie dały się zaobserwować bardziej wyraźnie. Uczucie zmęczenia występowało znacznie później, dopiero po większych wysiłkach, dolegliwości ze strony serca, zawroty głowy ustępowały, dziewczynki same podkreślały znacznie większą wydolność fizyczną.

Badanie narządu krążenia po gimnastyce leczniczej wykazywało w porównaniu do badania wstępnego znaczne zwolnienie tętna w spokoju i znacznie mniejsze przyspieszenie tętna po ćwiczeniu (15 przysiadów w ciągu 15 sekund po uprzednim wypoczynku przez 20—30 minut), a więc zmniejszenie pobudliwości układu krążenia, jak to widać na załączonych przykładach. Na ciśnienie minimalne gimna-

styka lecznicza wpływu nie wywarła, natomiast ciśnienie skurczowe ulegało nieznacznemu obniżeniu.

Niemiarowość, często stwierdzana u osób, zakwalifikowanych do gimnastyki leczniczej, po ćwiczeniach znikała.

Przykład 1. P. Stan. lat 15. kl. V.

Badania wstępne.

	Przed ćw.	Po ćw.	1′	2′	3′	4′	5′
Mnx	140/7	150/7	150/7	130/7	130/7	140/7	140/7
Mn	60/1,0	60/1,5	60/1,0	60/1,0	60/1,0	60/1,0	60/1,0
Tętno	102	144	114	114	108	114	108
T. stojąc	120						

Bad. końc. po gimn. leczniczej (16 godz.)

	Przed ćw.	Po cw.	1′	2′	3′	4′	5′
Mnx	120/8	140/10	120/10	120/10	120/10	120/8	120/8
Mn	50/4	40/7	50/7	50/6	50/5	50/5	50/5
Tętno	78	108	84	84	84	84	84
T. stojąc	102						

Przykład 2. P. J. l. 16. kl. VII.

Bad. wstępne.

	Przed ćw.	Po ćw.	1′	2′	3′	4′	5′
Mnx	100/5	120/9	120/8	110/7	100/5	100/5	100/5
Mn	50/2.5	40/4	50/3	50/3	50/3	50/3	50/3
Tętno	90	144	96	90	90	90	90
T. stojąc	108						

Bad. końc. po gimn. leczn. (23 godz.)

	Przed ćw.	Po ćw.	1′	2′	3′	4′	5′
Mnx	90/5	105/6	90/6	90/6	90/6	90/5	90/5
Mn	50/3	45/3	50/3	50/3	50/3	50/3	50/3
Tętno	66	102	78	72	72	66	66
T. stojąc	78						

Co do wpływu ćwiczeń na przyrost wagi, to nie dało się wyciągnąć żadnych wniosków, gdyż ćwiczenia lecznicze były prowadzone od stycznia do maja, w okresie zbliżającego się końca roku szkolnego, bez wyłączenia, jak już zaznaczyliśmy, czynników ubocznych (dodatkowe lekcje i t. d.).

Wahania in plus wyniosły u 14 dziewczynek od 0,5 — 4,5 kg, in minus u 8 dziewczynek od 0,5 — 4.250 kg, a więc niewiększe, a nawet mniejsze, jeżeli chodzi o ubytek, niż w tych samych warunkach bez uprawiania ćwiczeń. Stratę na wadze zanotowano u dziewczynek z VII kl.; przybytek natomiast stwierdzono (od 2—4,5 kg), u dziewczynek z kl. IV i V. (wiek od 13—15 lat).

Co się tyczy wzrostu, to przyrost w cm. wahał się od 0,4 do 2,7 cm, zależnie od wieku dziewczynek. Mam wrażenie, że tu o jakimkolwiekbądź wpływie gimnastyki mowy być nie mogło. U niektórych dziewczynek dało się wyraźnie zauważyć rozwinięcie się i wzmocnienie ogólne. Należy jednak te zmiany brać bardzo krytycznie ze względu na wiek dziewczynek, które w tym okresie przejściowym ulegają większym lub mniejszym przeobrażeniom.

Co się tyczy zachęcenia do gimnastyki normalnej uczenic, uczęszczających na gimnastykę leczniczą, dało to wynik wybitnie dodatni. Dzieci uczęszczały zasadniczo b. chętnie na lekcje, ćwiczyły się b. starannie i z zapałem, interesowały się stanem tętna i prześcigały się w nauce rozluźniania zupełnego mięśni. Nabierając sił i stopniowo pokonując coraz to trudniejsze ćwiczenia bez przykrych sensacyj ze strony swego ustroju, dziewczynki nabierały chęci do ćwiczeń fizycznych, jedna zaś z uczenic, która wyznała, że sama myśl o gimnastyce napawa ją wstrętem i jakimś panicznym strachem przed ćwiczeniami, przekonała się tak dalece do ćwiczeń fizycznych, że planowała uprawianie przez lato sportów.

Poza powyższemi badaniami i obserwacjami zaczęliśmy badania nad wpływem rodzaju ćwiczeń i sposobu ich wykonania na czynność nerek. W tym celu wykonywaliśmy badania moczu oddanego rano oraz moczu, oddanego po gimnastyce zwykłej i po gimnastyce leczniczej.

Mocz ranny polecano oddawać zrana zaraz po wstaniu z łóżka, by wyłączyć możliwość występowania białkomoczu ortostatycznego i mieć sprawdzian, że u danej osoby białka w moczu niema.

Mocz po gimnastyce zalecono oddawać bezpośrednio po ćwiczeniach. Ponieważ przed przyjęciem na gimnastykę leczniczą były robione analizy moczu i przyjmowano tylko te dziewczynki, u których białka nie stwierdzono, w porcjach rannych moczu białka nie znajdowaliśmy. Po gimnastyce leczniczej stwierdzono białko tylko w jednym wypadku i to u dziewczynki, która krótko przed badaniem przeszła grypę, natomiast po gimnastyce zwykłej stwierdziliśmy białkomocz w 5 przypadkach. Krwinki czerwone po gimnastyce leczniczej stwierdzono w 3-ch, po gimnastyce zwykłej w 5 przypadkach Ciężar właściwy moczu po gimnastyce zwykłej był w większości przypadków większy, niż po gimnastyce leczniczej.

Z badań tych nie można jeszcze wyciągnąć żadnych wniosków, gdyż materjał jest bardzo nieliczny, i badania przeprowadzone są na dziewczynkach, u których stwierdzenie krwinek należy brać pod

uwagę oględnie, gdyż okres przed lub po perjodzie może czasem przyczynić się do wyciągnięcia błędnych wniosków.

Badania te należy przeprowadzić na obszerniejszym materjale płci męskiej, gdyż te wyniki, jakie otrzymaliśmy, pozwalają przypuszczać, że różnica w sposobie wykonania i doborze ćwiczeń może wpłynąć na wyniki analizy moczu, tem bardziej, jeżeli wziąć pod uwagę porę dnia. Badania po gimnastyce leczniczej odbywały się w godzinach popołudniowych i po sutszym jedzeniu (obiad), które może nieraz swemi składnikami podrażniać nerki, co powinno wpłynąć na wyniki raczej niekorzystnie, — wyniki badań jednak przemawiają raczej na korzyść ćwiczeń leczniczych.

Biorąc pod uwagę, że u dzieci i młodzieży stwierdza się bardzo często stopy płaskie, jak to spostrzegaliśmy także i w Poradni Wychowania Fizycznego, oraz uwzględniając dodatnie działanie gimnastyki leczniczej na tę wadę, byłoby pożądanem, by w lekcji gimnastyki zwykłej stosowano w większej mierze ćwiczenia przeciwdziałające wytwarzaniu się stóp płaskich.

Wobec zachęcających wyników nawet na szczupłym materjale, coraz bardziej nabiera wartości myśl Poradni Wychowania Fizycznego utworzenia w Warszawie chociażby jednego na początek „Ośrodka Gimnastyki Leczniczej", do którego lekarze szkolni mogliby kierować młodzież, wymagającą gimnastyki leczniczej nietylko ściśle ortopedycznej.

Współpraca nauczyciela gimnastyki z nauczycielem śpiewu.

Niedawno na tem miejscu mówiliśmy w zarysie ogólnym na temat śpiewu i muzyki stosowanych w lekcji gimnastyki. W naszych ostatecznych rozważaniach doszliśmy do wniosku, że nauczyciel gimnastyki stosujący śpiew i muzykę podczas swych lekcji, powinien być umuzykalnionym.

Z kolei interesuje nas następne zagadnienie: na czem polegać powinna współpraca między umuzykalnionym nauczycielem gimnastyki a nauczycielem śpiewu wobec reformy szkolnej zmniejszającej ilość lekcji śpiewu oraz kasującej śpiew, jako przedmiot obowiązujący w wyższych klasach gimnazjalnych.

Należy bowiem stwierdzić fakt, że o ile z jednej strony dają się

słyszeć zdania o konieczności podniesienia kultury śpiewaczej naszego narodu, z drugiej strony reforma szkolna dotyczyła przedmiotu śpiewu w sposób krzywdzący.

Władze kompetentne pocieszają nas, że jest to faza przejściowa, tymczasem jednak liczymy się z faktem dokonanym i w świetle nowych cyfr t. j. zmniejszonej ilości lekcji rocznych stanęliśmy wobec zagadnienia jak pracować nad umuzykalnieniem młodego społeczeństwa.

Wobec powyższego tembardziej interesować nas powinien wszelki śpiew uprawiany poza specjalnemi lekcjami, a więc na lekcjach gimnastyki, gdyż prowadzony odpowiednio stanowić będzie ważny czynnik wychowawczy we współpracy między nauczycielem wychowania fizycznego, a nauczycielem śpiewu, a traktowany z dyletantyzmem przekreśli wszelkie wyniki pracy nad rozwojem kultury śpiewaczej.

Kierownicy wychowania fizycznego stosują śpiew podczas marszu na lekcjach gimnastyki traktując śpiew, jako ćwiczenie bądź to oddechowe, bądź to porządkowe, wreszcie emocjonalne Czy dotychczas osiągali tem pożądane wyniki?

Przyznajmy szczerze, że jako nieznający metody prowadzenia śpiewu w ruchu marszowym — raczej nie.

Ćwiczenie oddechowe — przy krzykliwej emisji głosu, podczas nieodpowiedniego tempa kroku — płuco męczy, zamiast je rozwijać, niszcząc przytem struny głosowe.

Ćwiczenie porządkowe mija się z celem, jeśli tempo marsza, zostaje zwalniane, albo przyśpieszane właśnie na skutek śpiewu, co się najczęściej w praktyce zdarza.

Ćwiczenie emocjonalne traci swe znaczenie jeśli zostaje wykonane nieprawidłowo i nieestetycznie.

Jak przeciwstawić się powyższemu złu?

Jakie są zasadnicze wady nieprawidłowego śpiewania w ruchu?

Na czem polegać powinna współpraca nauczycieli gimnastyki i śpiewu?

Zasadniczą wadą śpiewania w ruchu — to k r z y k l i w o ś ć g ł o s u. Maszerujący nie umieją śpiewać nie krzycząc.

W związku z krzyczeniem zamiast śpiewu następuje skandowanie tonów, „krajanie" tonów przez kroki, wybijanie krokami niewłaściwych akcentów muzycznych.

Nad prawidłową emisją głosu, odpowiedniem oddychaniem, otwieraniem ust, dynamicznem cieniowaniem i frazowaniem nad opanowaniem melodji marszowej pracować powinien nauczyciel śpiewu.

Mając w swym rozległym programie śpiewu repertuar pewnych pieśni między innemi obowiązany jest również stosować melodje marszowe.

Nauczyciel gimnastyki natomiast powinien nauczoną pieśń marszową przeprowadzić w ruchu.

Niestety jednak ćwiczący na lekcjach gimnastyki odbywających się częściej, aniżeli lekcje śpiewu zapominają podczas dwukrotnie śpiewanego marszu na początku i w końcu lekcji gimnastyki o uwagach nieobecnego nauczyciela śpiewu.

Zastąpić go powinien w danym wypadku nauczyciel gimnastyki, poznawszy zasady prawidłowego śpiewania (w instvtuciach kształcenia przyszłych nauczycieli gimnastyki, lub na kursach dokształcających) powinien chcieć i umieć żądać od swych wychowanków poprawnego śpiewania pieśni.

Zle wykonaną pieśń, krzykliwą, lub nieprawidłowo akcentowaną w marszu, w trakcie jej śpiewania należy przerwać celem jej ponownego i poprawnego powtórzenia.

Baczne zwrócenie uwagi na śpiew przy początkowych próbach śpiewania w marszu, większe poświęcenie czasu na przeprowadzenie marszu ze śpiewem wypadnie pozornie tylko z ujmą dla reszty ćwiczeń w lekcji, ale w następstwie stokrotnie się opłaci.

Poza krzykliwością głosu znanem i często spotykanem złem w praktyce nauczycielskiej jest nieodpowiedni dobór pieśni marszowej do pożądanego tempa kroku marszowego, albo odwrotnie nieodpowiednie t e m p o marszu (za prędkie, lub za wolne) do danej pieśni.

Nie każdą pieśń daje się zaśpiewać w pożądanem tempie. Nie wolno nakłaniać indywidualnego tempa pieśni do tempa marszu, ale zupełnie zrozumiałem jest, że tembardziej nie wolno kaleczyć pożądanego tempa marszu byle tylko pieśń dobrze wypadła.

Należy więc dobrać odpowiednią pieśń do pożądanego tempa kroków, a nie odwrotnie.

Zatem dobór marszy dla danego zespołu ćwiczących pod względem tempa pieśni musi nastąpić w porozumieniu nauczyciela gimnastyki z nauczycielem śpiewu.

O doborze marszy pod względem stopnia trudności pieśni decy-

duje naturalnie nauczyciel śpiewu stosujący się do programu śpiewu i poziomu wyćwiczenia danego śpiewaczego zespołu.

Nauczyciel śpiewu jest obowiązany przytem pamiętać, że o ile marsze z przedtaktem nie stanowią zbytniej trudności rytmicznej w śpiewie w bezruchu — o tyle w ruchu marszowym należy się im miejsce specjalnej uwagi.

Stosowanie marszy z przedtaktem należy do kompetencji umuzykalnionego nauczyciela gimnastyki, znającego prawidła podawania odpowiedniej komendy „ze śpiewem" i odliczania po niej odpowiedniej ilości kroków zanim śpiew zespół rozpocznie.

Weźmiemy na tem miejscu pod uwagę tylko takty parzyste, jako najczęściej stosowane w marszu oraz ogólnie przyjętą zasadę, że akcent pierwszej części taktu jest równoczesny ze stąpnięciem nogi lewej.

Ponieważ pieśni marszowe bez przedtaktu rozpoczynają się z pierwszej części taktu, jasnem jest, że początek pieśni wypadnie jednocześnie z krokiem nogi lewej.

A więc nauczyciel gimnastyki życzący sobie wprowadzić śpiew do marszu po odpowiednim wyrównaniu tempa kroków i przeprowadzeniu korekty sposobu stąpania u ćwiczących, uprzedza zespół jaką pieśń mają śpiewać, osobiście poddaje ton od którego ćwiczący mają zacząć śpiew, albo wyznacza do tego celu najlepszego śpiewaka z danego zespołu, a następnie podaje komendę „ze śpiewem" w czasie wykonania przez maszerujących kroku nogą prawą.

Po usłyszanej komendzie ćwiczący nieodrazu rozpoczynają pieśń; przygotowują się do niej w czasie bezpośrednio następujących po komendzie czterech, lub dwóch kroków (lewą, prawą, lewą, prawą nogą), wreszcie zaczynają śpiewać z równoczesnym stąpnięciem nogi lewej (patrz wzór a).

lewa			
prawa	„ze śpiewem"		
lewa		ćwiczący	
prawa		wykonują	
lewa		cztery kroki	
prawa		nie śpiewając	
lewa		początek pieśni	Kupi-
prawa			łem se
lewa			pa-
prawa	Wzór a.		wich

W pieśniach rozpoczynających się ze słabej części taktu t. j. z przedtaktu ilość przemaszerowanych kroków bez śpiewu po danej komendzie uzależniona być powinna od rytmicznej budowy pieśni.

Mając zamiar zastosować marsz z przedtaktem nauczyciel gimnastyki podaje komendę „ze śpiewem" również ze stąpnięciem przez maszerujących nogi prawej.

Następnie bez śpiewu ćwiczący nie przemaszerowują w trakcie pełnego taktu, gdyż z jego końcem pieśń się już rozpoczyna.

Zatem np. dla marszy z przedtaktem w czwartej części taktu, po komendzie „ze śpiewem" należałoby wykonać tylko trzy kroki (lewą, prawą i lewą nogą) rozpocząć śpiew w czwartej części taktu równocześnie ze stąpnięciem nogi prawej, ażeby następny krok nogi lewej wypadł równocześnie z naturalnym akcentem pierwszej części pełnego taktu i ażeby wszystkie naturalne akcenty pieśni uzgodniły się w ten sposób ze stąpnięciami kroków (patrz wzór b).

lewa		
prawa	„ze śpiewem"	
lewa	ćwiczący wyko-	
prawa	nują trzy kroki	
lewa	nie śpiewając	
prawa	początek pieśni	Choć
lewa		bu
prawa		rza
lewa		hu
prawa		czy

Wzór b.

W przeciwnym razie, jeśli instruktor gimnastyki nie uwzględni prawideł podawania komendy „ze śpiewem", oraz odliczania kroków bez śpiewu, zanim śpiew rozpocznie — nastąpić może niepożądane przeciwstawienie akcentów ruchowych akcentom muzycznym co się niestety często zdarza w wadliwem stosowaniu marszu ze śpiewem.

Marsze z przedtaktem składającym się z nieparzystej ilości ósemek (trzech, pięciu) należą do najtrudniejszych początek śpiewu wypada bowiem w czasie między stąpnięciem jednej i drugiej nogi.

Dokładne zanalizowanie rytmu marszu przez umuzykalnionego nauczyciela gimnastyki jest takim samym jego obowiązkiem, jak przemyślenie, przeanalizowanie, a zatem przygotowanie reszty wzorca lekcyjnego zanim go poda do przećwiczenia zespołowi swoich wychowanków.

Wybitną jeszcze wadą w wykonaniu śpiewanych marszy jest nierówność tempa kroków, tendencja zwalniania, albo przyśpieszania ruchu.

Przyczyną tej wady — to sposób stąpania podczas śpiewu marszowego, istotny rytm danej pieśni oraz nieumiejętność wymawiania słów w zadanem tempie.

Przy sposobie stąpania w sposób taki, że dotknięcie piętą ziemi znacznie wyprzedza dotknięcie palców, otrzymuje się podwójny rytm stąpnięcia, czyli, że się tak wyrażę, dwie jednostki stąpnięcia następują w czasie jednej jednostki śpiewu.

Powyższa polirytmja ruchu wpływa na tendencję zwalniania ruchu marszowego.

Ażeby się temu przeciwstawić należy przed daniem komendy „ze śpiewem" poprawić sposób stąpania.

Jest wskazanem podczas marszu ze śpiewem stąpać całą stopą jednocześnie.

Rytm długich nut w danej pieśni (całych, półnut z kropką nawet i półnut) również wpływa na zwalnianie tempa.

Im dłuższa nuta śpiewna tem trudniej uchwycić jej stosunek do jednostki czasu, której miarą w marszu jest jeden krok.

Nuty krótkie(szesnastki, nawet ósemki) wpływają na przyśpieszanie tempa ruchu.

Dla zaradzenia złu bardzo pożądanem jest w wypadku spostrzeżonego zwalniania tempa wprowadzenie pauz w śpiewie (patrz wzór a), w wypadku przeciwnym raczej wprowadzania zamiast pauz nut dłuższych z zachowaniem naturalnie stałości metrażu każdego taktu danej pieśni.

Naprzykład zamiast:

wzór a)	lewa	kupi	
	prawa	łemse	
	lewa	pa	
	prawa	wich	
	lewa	pió	sylaba rozciągnięta
	prawa	o	na cztery kroki
	lewa	ó	wpływa na
	prawa	ór	zwalnianie tempa

wzór a) zaśpiewać należy		
lewa	kupi	
prawa	łemse	
lewa	pa	
prawa	wich	
lewa	pió-	
prawa	-ór	
lewa	pauza	pauzy regulują
prawa	pauza	tempo kroków

Również ćwiczenia szybkiego wymawiania słów danej pieśni, zadane początkowo przez nauczyciela śpiewu, albo polonistę, stanowiłyby pomoc nauczycielowi gimnastyki w prowadzeniu marszu ze śpiewem.

Na dalszym planie nauczania daje się już utrzymać równe tempo marszu bez powyższych środków pomocniczych.

Cieniowanie pieśni podczas marszu stanowić będzie o jej wartości estetycznej i przyczyni się do osiągnięcia pożądanego emocjonalnego czynnika, jakim marsz w lekcji gimnastyki być powinien.

Złem charakterystycznem nawyknieniem jest akcentowanie końcowej sylaby danego zdania muzycznego.

Należy zatem zwrócić baczną uwagę na zciszanie końca zdania muzycznego. Osiągamy tem cel podwójny: łatwość oddychania podczas śpiewu i estetykę dynamicznego cieniowania pieśni.

Unikamy przytem konieczności wprowadzania jedno lub dwutaktowych pauz między jednym, a następnym zdaniem muzycznem, pauz sztucznych, których ze względów natury estetycznej należałoby raczej nie stosować.

O ile pauzy kilkutaktowe między jedną, a drugą zwrotką śpiewną nie psują wrażenia całości pieśni, o tyle stosowane między zdaniami w czasie jednej i tej samej zwrotki są dla celów oddechowych najzupełniej zbyteczne oraz stanowią brzydkie plamy nienaturalnie zamilkającej pieśni.

W trakcie marszowego ruchu nie należy zapominać o stosowaniu potrzebnych crescendo i decrescendo w pieśni.

Niestety świadome cieniowanie agogiczne, to jest celowe zwalnianie i przyśpieszanie tempa pieśni, które tak bardzo pożądanem jest w artystycznem wykonaniu pieśni w bezruchu nie powinno znaleźć zastosowania w marszu „pobudzającym“, który wymaga równego tempa kroków, natomiast możliwem jest w marszu „uspakajają-

cym" w wykonaniu zespołu jednak tylko o wybitnej kulturze śpiewaczej.

Ważnym czynnikiem, ażeby marsz nie zatracił swego wyrazu uczuciowego jest nieobrzydzanie marszu ciągłym stosowaniem jednej melodji na lekcjach.

Należy stosować zasadę rozmaitości pieśni nie powtarzając z lekcji na lekcję marszy tych samych.

Z początkiem nauczania danego marszu w ruchu trzykrotne zaspiewanie go raz po raz na każdej lekcji gimnastyki powinno wystarczyć do opanowania go w ruchu marszowym — następnie należy stosować marsz inny.

Zwiększywszy repertuar marszy do 10-ciu — 12-tu rocznie stosować należy je tak, ażeby mniej więcej na każdej lekcji gimnastyki wypadły pa dwa marsze inne.

Cykl powtarzających się w ten sposób marszy obejmie okres 5-ciu — 6-ciu lekcji, czyli dwóch tygodni, a dla danej lekcji marsz stanie się wówczas prawdziwie ożywczym i koniecznym czynnikiem emocjonalnym.

Wskazanem byłoby również od czasu do czasu dać lekcje „milczące", że użyję powyższego wyrażenia, bez stosowania śpiewu, celem zwiększenia u ćwiczących potencjalnego zapału do śpiewu na lekcje następne.

Odpowiedni dobór marszy pod względem estetyki treści wiersza zwrotkowego i pierwszeństwa polskich motywów ludowych nie potrzebuje dłuższych komentarzy. Jasnem jest, że piękny wiersz i polska melodja winna wychowywać naszą młodzież i przyczyniać się do krzewienia kultury narodowej.

Odnajdywanie i dostosowywanie treści słów zwrotkowych naszych pieśni marszowych do rozmaitego zainteresowania, wieku, płci, różnych okoliczności życia dzieci i młodzieży, jest zadaniem współpracy programowej nauczycieli gimnastyki i śpiewu.

Praktycznie wyrażać się to powinno w ten sposób, że podczas układania materjału ćwiczebnego na początku roku szkolnego, koledzy gimnastycy i śpiewacy wezmą pod uwagę literaturę pieśniową naszych marszy i odpowiednio do lekcji ją rozplanują.

Zachodzi jednak pytanie, jak postąpić ze starszemi gimnazjalnemi klasami, gdzie śpiew, jako przedmiot obowiązkowy, nie istnieje jednocześnie obowiązując we wzorcu lekcji gimnastyki?

Dotychczas, przyznać należy, nauczyciele gimnastycy szli po linji najmniejszego oporu.

Zdając sobie sprawę z wad śpiewania podczas marszów na lekcjach przestawali zupełnie stosować śpiew podczas marszów nie chąc tracić swego cennego czasu na złe wykonanie pieśni.

Byłaby więc bardzo wskazaną pomoc nauczyciela śpiewu okazana i w starszych klasach nauczycielowi gimnastyki.

Potrzebne są jednak do tego celu lekcje śpiewu umieszczone w programie szkolnym, których obecnie nie posiadamy!!

Następnie pomoc ta i w młodszych i starszych klasach winna być przez kolegę gimnastyka odpowiednio i sumiennie wyzyskaną.

Omówiwszy główne wytyczne dla współpracy kolegów gimnastyków i śpiewaków na terenie szkoły ogólnokształcącej nie sposób zamilczeć, że ta sama współpraca obowiązuje instruktora gimnastyki i śpiewu w instytucjach kształcących przyszłych nauczycieli gimnastyki.

Jak ważną rolę odgrywa tu instruktor gimnastyki nie trudno zrozumieć, gdyż znacznie częściej zostaje śpiewany dany marsz pod kierownictwem instruktora gimnastyki, aniżeli instruktora umuzykalnienia.

Przyznać należy, że praca nad podniesieniem kultury śpiewaczej przyszłych kierowników wychowania fizycznego jest bardzo trudna.

Do zakładów kształcenia nauczycieli gimnastyki przybywają bowiem wychowankowie szkół po kilkuletniej nieraz przerwie w nauce śpiewu (edukacja śpiewu zakończona w trzeciej klasie gimnazjalnej przed mutacją głosów!!).

Matura seminarjalna daje nam pod tym względem nieco lepiej przygotowanych wychowanków, aniżeli matura gimnazjalna, co stwierdzają naprzykład rokroczne ankiety przeprowadzane w C. I. W. F.

Zrównanie różnych poziomów umuzykalnienia i nauczanie przyszłych nauczycieli gimnastyki prawie że od początków śpiewu po długiej przerwie nieśpiewania stwarza warunki do wysunięcia dwóch zasadniczych dezyderatów.

Po pierwsze: wobec zmniejszenia ilości lekcji śpiewu w szkole średniej, dla wyrównania powyższej straty należałoby powiększyć liczbę lekcji śpiewu na terenie zakładów kształcących przyszłych nauczycieli gimnastyki;

po drugie — określić minimum stopnia umuzykalnienia, jakie maturzysta niestety poza programem szkoły średniej

zdobyć powinien i od którego to minimum zacząć należałoby pracę nad dalszym jego celowem umuzykalnieniem

Jeśli te dwa dezyderaty życie nie pozwoli nam urzeczywistnić staniemy wobec kompletnego zaniku estetyki i celowości stosowania śpiewu w lekcji gimnastyki.

Tymczasem chcemy wierzyć, że do współpracy nad podniesieniem poziomu umuzykalnienia naszego społeczeństwa staną nietylko nauczyciele śpiewu i gimnastyki, którzy czem trudniejsze warunki pracy tem większe dać winni ze siebie wysiłki, ale przedewszystkiem te czynniki kompetentne, które opiekują się losami naszego szkolnictwa i którym kultura śpiewacza naszego narodu nie jest obojętna.

Zofja Kwaśnicowa.

Prof. FERDYNAND HORAK. (Czechosłowacja—Praga).

Zawody szkół średnich w Czechosłowacji w świetle liczb i wyników.

W ramach IX zlotu wszechpolskiego urządzonego w r. bieżącym z okazji setnej rocznicy urodzin twórcy sokolstwa dr. Mirosława Tyrsa zorganizowano również III igrzyska szkół średnich, które miały na celu masowe wystąpienie młodzieży szkolnej ze wszystkich krajów Czechosłowacji. W związku z tem odbyły się liczne zawody dla młodzieży szkół średnich. Zorganizowano następujące zawody:

dla uczniów:

1) zawody drużynowe w lekkiej atletyce — uczestniczyło 72 druż.;
2) zawody drużynowe w ćwiczeniach mieszanych (gimnastyka i atletyka — uczestniczyło 67 drużyn;
3) zawody drużynowe w biegach rozstawnych (4 x 100 m) — uczestniczyło 66 drużyn;
4) turnieje w grach sportowych (siatkówka, koszykówka, piłka ręczna, tennis) — uczestniczyło 157 drużyn;
5) zawody w pływaniu i skokach do wody oraz w sztafetach — uczestniczyło w zawodach — 319 zawodników, w skokach — 68 zawodników, w sztafetach — 40 drużyn;

dla uczenic:

1) zawody w lekkoatletycznym trójboju — uczestniczyło 240 zawodniczek;
2) zawody drużynowe w ćwiczeniach gimnastycznych i atletycznych — uczestniczyło 37 drużyn;
3) zawody w biegach rozstawnych (4 x 75 m) — uczest. 32 druż.;
4) turnieje w grach (siatkówka, piłka ręczna, tennis i dwie gry nieznane w Polsce) — uczestniczyło 115 drużyn;
5) zawody w pływaniu — 78 zawodniczek, w sztafetach — 8 druż. i w skokach do wody — 21 zawodniczek.

Po eliminacyjnych zawodach krajowych, do zawodów ostatecznych w Pradze zakwalifikowało się:

w lekkiej atletyce — 37 drużyn uczniów, 102 zawodniczki.

w zawodach mieszanych — 34 drużyn uczniów i 13 drużyn uczenic,

w biegach rozstawnych — 8 drużyn uczniów i 7 drużyn uczenic,

w grach — 61 drużyn chłopców i 52 drużyn uczenic,

w zawodach pływackich — 295 uczniów i 79 uczenic.

Bardzo ciekawie przedstawiają się wyniki zawodów lekkoatletycznych, które wskazują na trwały postęp nowego kierunku wychowania fizycznego w naszych szkołach średnich. W zawodach lekkoatletycznych dla uczniów startowały drużyny o 6-ciu zawodnikach. Konkurencje wchodzące w zakres zawodów lekkoatletycznych stanowiły nowoczesną modyfikację trójboju, w którym dwaj zawodnicy obowiązkowo startowali w biegu na 100 m. w skoku wzwyż i rzucie oszczepem; drudzy dwaj — bieg 100 m. skok wdal i pchnięcie kulą 6 kg., ostatnia dwójka zawodników — bieg 100 m. skok wdal i rzut dyskiem 1,5 kg. Początkowo program trójboju miał obejmować również bieg przez płotki, bieg 1000 m., skok o tyczce jednak konkurencje te ze względów higienicznych i technicznych pominięto.

Wiek zawodników 17—21 lat.

Jednostkowe wyniki w finale dla pierwszych 3 miejsc przedstawiają się następująco:

bieg na 100 m: 10:9 sek., 11:4 i 11:4 sek;
skok wzwyż: 175 cm, 170 i 170 cm;
skok w dal: 646 cm, 621 cm, 612 cm;
rzut oszczepem (800 gr): 51:35 m, 46:31 m, 45:75 m;

pchnięcie kulą (6 kg): 13:37 m, 13:01 m, 12:51 m;
rzut dyskiem (1½): 41:95 m, 41:— m, 40:53 m.

W związku z tem trzeba wspomnieć o zawodach sztafetowych 4 x 100 m: 47:3 sek, 48:8 sek, 49:5 sek.

Dla porównania przytaczam też wyniki, które osiągnięto w eliminowanych zawodach praskiego kraju:

bieg na 100 m: 11:6 sek, 11:7 sek, 11:8 sek;
skok wzwyż: 163 cm, 153 cm, 158 cm;
skok w dal: 618 cm, 603 cm, 596 cm;
oszczep: 50:80 m, 44:65 m, 36:62 m;
kula: 11:93 m, 11:64 m, 11:47 m;
dysk: 33:80 m, 32:75 m, 32:38 m;
sztafeta 4 x 100 m: 49:1 sek, 50:4 sek, 52:2 sek.

Ciekawie przedstawiają się następujące wyliczenia: a) przeciętne wyniki wszystkich zawodników, b) ich przeciętny wiek w każdej dyscyplinie, c) przeciętne wyniki zawodników tego samego wieku. Badaniami tego rodzaju właśnie zajmuje się kolega Dr. Zdenek z Pragi, który przedsięwziął przestudjowanie całego obszernego materjału uzyskanego tak z zawodów finałowych jak też z zawodów krajowych, mając w ten sposób wypracować jak najodpowiedniejsze tablice obliczenia punktów w zawodach przyszłych. (Oprócz tego postanowiono obserwować w przyszłości zawodników też pod względem ich typu konstytucjonalnego, pochodzenia z pewnych krajów). W zawodach tegorocznych posługiwano się specjalnie do tego celu zestawioną skalą, według której obliczano punkty w sposób następujący:

bieg:	14·4 sek	=	0	punktów
	12·5 sek	=	51	"
	11·4 sek	=	100	"
skok wzwyż:	120 cm	=	0	punktów
	155 cm	=	50	"
	175 cm	=	100	"
skok w dal:	450 cm	=	0	punktów
	560 cm	=	50	"
	630 cm	=	100	"
oszczep:	27 m	=	0	punktów
	40 m	=	50	"
	48 m	=	100	"
kula:	8 m	=	0	punktów
	11·25 m	=	50	"
	13 m	=	100	"
dysk:	23 m	=	0	punktów
	33·50 m	=	50	"
	40 m	=	100	"

Rozumie się, że analogicznie ustanowiono wyniki dla każdej liczby punktów postępując według progresji parabolicznej.

T r ó j b ó j a t l e t y c z n y d z i e w c z ą t składał się:
z biegu na 60 m,
skoku wzwyż albo w dal,
rzutu piłką uszatą (1½ kg) albo kulą (4 kg),
przyczem każdej zawodniczce pozostawiono do uznania wybór jednego z skoków i rzutów.

Skala dla obliczenia punktów w tej kategorji:

b i e g (60 m):	11 sek = 0 p.,	9·2 sek = 50 p.,	8·2 sek = 100 p.
s k o k w z w y ż:	80 cm = 0 „,	119·5 cm = 50 „,	140 cm = 100 „
s k o k w d a l:	260 cm = 0 „,	420 cm = 50 „,	500 cm = 100 „
r z u t p i ł k ą (1½ kg.):	30 m = 0 „,	46·2 8m = 50 „,	56 m = 100 „
p c h n i ę c i e k u l ą:	3 m = 0 „,	8·13 m = 50 „,	11 m = 100 „

Z najlepszych wyników osiągniętych w zawodach dziewcząt niestety mogę przytoczyć tylko niektóre:
bieg 60 m — 8:8 sek,
skok w dal — 508 cm,
skok wzwyż — 135 cm,
rzut piłką — 61:80 m, (oburącz 32:95 pr. r., 28,85 l. r.),
pchnięcie kulą — 15:32 m (oburącz, pojedyńcze wyniki nie są mi znane).

Polscy Koledzy pewnie będą interesować się też najlepszymi wynikami w pływaniu:

Chłopcy: I kategorja (15—17 lat):
50 m styl klasyczny 39:8, 40:2, 41 sek,
50 m nawznak 43, 43:3, 46:5 sek.
50 m stylem dowolnym 32:3, 33:4, 33:6 sek.

II kategorja (17 lat i wyżej):
100 m styl klasyczny — 1:30, 1:34, 1:35:5,
100 m nawznak — 1:25:5, 1:26, 1:41:2,
100 m styl dowolny — 1:07, 1:09, 1:09:6.

Sztafety:
4 x 50 m styl klasyczny — 2:48, 2:54, 2:57,
4 x 50 m styl dowolny — 2:13:2, 2:19:5, 2:27,
3 x 50 m stylem zmiennym — 1.49:5.

Wyników dziewcząt w sztafecie lekkoatl. oraz w pływaniu narazie nie znam. W końcu trzeba jeszcze wspomnieć, że w zimie organizowano też zawody łyżwiarskie i narciarskie.

Sucha zaprawa narciarska.

W okresie, poprzedzającym zimę, każdy kto ma zamiar uprawiać narciarstwo czy to narciarz nowicjusz, który pierwszy raz ma założyć narty, czy też stary narciarz, turysta lub zawodnik, winien wyzyskać wszelkie możliwości w okresie bezśnieżnym, by organizm swój jaknajracjonalniej przygotować i ułatwić mu z chwilą nadejścia zimy wejście w ten jej królewski sport, wymagający jednak bezsprzecznie dużo pracy i trudu.

Ile potu i nadmiernego wysiłku wydać musi z siebie przy opanowywaniu pierwszych elementarnych ćwiczeń techniki narciarskiej początkujący narciarz, który narciarstwo rozpoczyna od przypięcia nart z chwilą nastania śniegu bez poprzedniego przygotowania się do tego sportu. Ilu początkujących zniechęca się tem, że zamiast spodziewanych przyjemności spotkała ich ciężka i żmudna praca. Ilu wraca z żalem z krótkich urlopów zimowych, mówiąc, że cały urlop stracili na przebycie żmudnej drogi wstępnych kroków i ćwiczeń narciarskich, a gdy zaczęli doznawać pierwszych rozkoszy narciarstwa— to urlop się skończył. Do tego dochodzą liczne zwichnięcia czy nawet złamania kończyn wśród nowicjuszy, które odstraszają ich od narciarstwa. A też i stary narciarz, turysta czy zawodnik potrzebuje dobrych kilku dni na rozjeżdżenie się i powrotne zaprawienie mięśni do pracy, której nie wykonywały one w okresie bezśnieżnym. A jak szybko przychodzi początkowo zmęczenie i zadyszka, potem bóle w mięśniach nim organizm nie przystosuje się do nowego wysiłku. Czy nie szkoda na to czasu, wśród śniegu i gór?

Jak więc przygotować organizm by nowicjuszowi ułatwić i ulżyć w trudnościach zapoznania się z techniką narciarską i choć częściowo zabezpieczyć go przed ewentualnemi zwichnięciami czy złamaniami kończyn, a staremu narciarzowi skrócić do minimum czas potrzebny na rozjeżdżenie się i powrotne przyzwyczajenie do wysiłków zimowych? Uzyskać to możemy przez t. zw. suchą zaprawę narciarską która stosowana w okresie przed zimą daje w dużym stopniu możność uniknięcia wyżej wspomnianych niekorzystnych objawów a jest niestety, czy to przez nieświadomość czy niezrozumienie jej walorów często niedocenianą tak w sferach instruktorskich, jak i sportowych. Suchą zaprawę narciarską dzielimy na:

1) gimnastykę zwyczajną,
2) gimnastykę specjalną narciarską bez nart,

3) gimnastykę specjalną narciarską z nartami,
4) ćwiczenia z kijami,
5) marszobiegi z kijkami.

1. Gimnastyka zwyczajna służy do ogólnego wzmocnienia mięśni, ścięgien, więzadeł i narządów wewnętrznych i winna być uprawianą minimum trzy razy tygodniowo. W gimnastyce zwyczajnej zwrócić należy dużą uwagę poza naturalnie innemi ogólnokształcącemi ćwiczeniami specjalnie na wzmocnienie mięśni brzucha, grzbietu i pasa biodrowego.

2. Gimnastyka specjalna narciarska bez nart służy do wyrobienia i wzmocnienia tych grup mięśniowych i ścięgien, więzadeł i stawów, które głównie będą pracowały w narciarstwie, a więc przedewszystkiem kończyn dolnych i pasa biodrowego. Gimnastyka ta składa się z ćwiczeń, które są bądź to poszczególnemi częściami składowemi odnośnych ewolucji techniki narciarskiej, bądź też naśladują pracę ciała przy wykonywaniu całkowitych ewolucyj. Ćwiczenia te uczą początkującego narciarza specjalnych koordynacyj ruchów, potrzebnych do poszczególnych ewolucyj, ułatwiając mu przez to w przyszłości naukę tychże już na nartach, dla starego zaś narciarza poza wzmocnieniem fizycznem są jakby przypomnieniem ruchów, które mu będą potrzebne przy ewolucjach na śniegu. Gimnastyka ta jest również stopniowem wprowadzeniem do gimnastyki specjalnej na nartach.

3. Gimnastyka specjalna na nartach służy do oswojenia nowicjusza z tym balastem jakim są dla niego narty, a pozatem składając się z tych samych ćwiczeń co i gimnastyka specjalna bez nart w dalszym ciągu spełnia to samo zadanie co i powyższa z tem jednakże, że odbywając się na nartach czyni wykonanie ćwiczeń już trudniejszem i jeszcze więcej zbliżonem do poszczególnych ewolucyj już na śniegu. Obciążenie kończyn nartami powoduje silniejszą pracę odpowiednich grup mięśniowych, a przez to i stopniowo większe ich wzmocnienie. U narciarza nie nowicjusza poza wzmocnieniem fizycznem jest również jak i powyższa gimnastyka przypomnieniem ruchów potrzebnych w przyszłości na śniegu.

4. Ćwiczenia z kijami, służą przedewszystkiem do wyrobienia mięśni ramion, pasa barkowego grzbietu i brzucha, prócz tego uczą młodego narciarza koordynacji pracy ramion z pracą nóg i tułowia, przygotowując tem samem do poszczególnych biegów narciarskich a pozatem są przygotowaniem do skoków poprzecznych i obskoków.

Również i dla starego narciarza są bardzo dobrym przygotowaniem do wszelkich biegów i obskoków w terenie.

5. Marszobiegi służą do wyrobienia wytrzymałości, zaprawiając w znacznym stopniu serce i płuca, oswajając nowicjusza w dalszym ciągu z biegami a starego przyzwyczajają do wszechstronnej pracy ramion przy stosowaniu naprzemian różnych rodzajów biegów i obskoków w terenie.

Stosowanie gimnastyki zwyczajnej jako ogólnie znanej nie wymaga żadnych specjalnych objaśnień natomiast niżej umieszczony zasób ćwiczeń gimnastyki specjalnej i ćwiczeń z kijami jest zbiorem ćwiczeń podzielonych na dwie części. Część I-sza są to ćwiczenia specjalnej gimnastyki narciarskiej bez nart jak i te same, jako dające się wykonać na nartach należą do gimnastyki specjalnej na nartach. Część II-ga zawiera zasób ćwiczeń z kijami i marszobiegi.

Ćwiczenia części I-szej należy ćwiczyć początkowo na sali, zależnie od stopnia umiejętności uczących się i zakresów kursu narciarskiego. Tak jednakże by wszystkie te ewolucje, które mają być przerobione na kursie na śniegu były przygotowane, ćwiczeniami na sali. Następstwo ćwiczeń winno być takie, jakie będzie i na kursie na śniegu. Każda ewolucja jest przygotowana poszczególnemi częściami składowemi aż do poszczególnego jej wykonania, by zapewnić całość lekcyj pewien racjonalny tok lekcyjny w ogólnych ramach zbliżony do gimnastycznego należy w platać między ćwiczenia specjalne narciarskie również i ćwiczenia pomocnicze umieszczone na końcu części I-ej.

Po pewnym opanowaniu powyższych ćwiczeń bez nart należy te same ćwiczenia stosować na nartach, albo na sali na materacach, albo na miękkim boisku względnie trawie, jako gimnastykę narciarską na nartach. Programy lekcyjne jak powyższe lecz z większym natężeniem. Ćwiczenie części II-giej, t. j. z kijami stosować zawsze na boisku względnie w terenie układając również program zależny od zakresu kursu. Zaczynamy ćwiczeniami pomocniczemi następnie biegi potem obskoki na boisku i na stoku a kończymy marszobiegiem ze stosowaniem różnych chodów i obskoków w terenie wykorzystując, przeszkody terenowe. Marszobiegi należy stopniować tak co do natężenia, jak i czasu do jednej godziny jednorazowo. Dla kobiet tak w ćwiczeniach części I-ej jak i II-ej ograniczyć ćwiczenia siłowe i skoki.

Czas jaki poświęcić należy suchej zaprawie będzie zależał od stopnia przygotowania uczniów do wysiłków jakich wymaga narciar-

stwo i stopnia sprawności do jakiego dany kurs ma doprowadzić ucznia.

Podany zasób materjału ćwiczebnego pozwala nauczycielowi albo na wyzyskanie go w normalnych osnowach lekcyjnych, albo na ułożenie specjalnych osnów lekcyjnych poświęconych przygotowaniom do narciarstwa.

Zasadniczo podany zasób materjału przeznacza się dla młodzieży po okresie przejściowym, która ma za zadanie bardziej wszechstronne opanowanie sportu narciarskiego.

SUCHA ZAPRAWA NARCIARSKA.

Część I-sza.

1) Chód zwykły. Postawa stopy zwarte, biodra chwyć, spięcie na palcach, pochylenie wyprostowanego ciała wprzód, wysunięcie wprzód bioder i średni wypad z głębokim ugięciem nogi wykrocznej, kolano przed palce stopy, tułów prosto z ruchem bioder do przodu. Noga zakroczna nieobciążona ugięta w kolanie lekko posuwa się wprzód. Ciężar ciała spoczywa wyłącznie na stopie nogi wykrocznej więcej na palcach, a pięta bardzo lekko uniesiona. Staw skokowy głęboko ugięty. W dalszym ciągu ruchu całkowite wyprostowanie nogi wykrocznej z ciągłym ruchem bioder do przodu i przejściem do postawy wyjściowej. To samo nogą przeciwną.

2) Powyższe dwa ruchy płynnie po sobie następujące jako marsz z wypadami. Ruch do przodu odbywa się najpierw przez wysunięcie bioder potem nogi i obciążenia tejże potem noga zakroczna zaś sunie bez najmniejszego odbijania się. Przy przenoszeniu nogi zakrocznej nie prostować całkowicie nogi wykrocznej.

3) Marsz wypadami jak wyżej z różnoimiennym wymachem ramion do przodu Wymach ramienia wprzód, równocześnie z podaniem bioder i wypadem poczem w momencie niecałkowitego prostowania nogi wykrocznej skręt bioder i barków z przeniesieniem ramienia wtył i równoczesnym wymachem przeciwnego ramienia i wypadem nogi przeciwnej.

4) Marsz wypadami z równoimiennym wymachem ramion. Wymach ramienia z podaniem bioder i wypadem poczem lekkie wyprostowanie nogi wykrocznej ze skrętem bioder i barków i przeniesieniem ramienia wtył z równoczesnym wypadem nogi przeciwnej i wymachem równoimiennego ramienia.

5) P o s t a w y. Mały rozkrok. Stopy równolegle — kolana lekko ugięte.

6) Wolne stopniowo coraz wyższe wspięcie na palcach, noga i kolano sztywno.

7) Mały rozkrok — wspięcie wysoko na palcach i energiczne huśtanie się w stawie skokowym bez dotykania piętami ziemi.

8) Wspięcie wysokie na palcach i krótkie ostre kroki wprzód i wtył.

9) P o s t a w a w ą s k o t o r o w a p r z e d n i a. W małym wykroku obciążyć wykroczną silnie uginając kolano — noga zakroczna również ugięta w kolanie pięta nie wysoko uniesiona. Uginanie nogi wykrocznej powoli i wyprost. (Tułów prosto).

10) Postawa wąskotorowa przednia. Uginanie wykrocznej jak wyżej aż do kucznej. Tułów złamany. ćwiczenia powyższe wykonywać szybko i zupełnie luźno.

11) Postawa wąskotorowa przednia. Krążenie kolan.

12) Postawa wąskotorowa przednia. Ramiona w górę. Głęboki przysiad na wykrocznej, poczem wymach ramion przodem wtył, z wyprostem nogi i podaniem bioder do przodu (nie odrywać pięty).

13) P o s t a w a w ą s k o t o r o w a t y l n i a. Mały wykrok — obciążona zakroczna. Półprzysiady i przysiady szybko i wolno na zakrocznej, przednia zupełnie swobodna.

14) Postawa jak wyżej. Przysiady i wyprosty nogi obciążonej z pomocą partnera, który oparłszy ręce na barkach przyciska stojąc z tyłu. Przednia noga swobodnie, ramiona wprzód. Wyprost nogi też z oporem partnera.

15) W wykroku postawa jak wyżej. Wspięcie na palcach i wolno przysiad z balansem na pięty i palce. Ciężar ciała raz na przedniej raz na tylniej nodze. Tak samo powrócić do postawy.

16) P o s t a w a p ó ł k u c z n a i k u c z n a s z e r o k o t o r o w a. Wymach ramion w górę i wtył ze wspięciem na palce i kolejnem unoszeniem raz palców drugi raz pięt. To samo w wykroku.

17) Postawa półkuczna i huśtanie się przez uginanie kolan i wysuwanie ich do przodu bez odrywania pięt. (Tułów prosto).

18) Postawa półkuczna z pomocą partnera, który przyciska oparłszy ręce z tyłu na barkach do głębokiej — kucznej, i równoczesny wznos ramion wprzód, wyprost też z oporem partnera.

19) Dwójkami nawprost podać ręce, przysiad do kucznej i kozak.

20) Postawa półkuczna — ramiona wprzód i skłon wprzód. Przysiad do kucznej i huśtanie się.

21) Półkuczna — skłony wprzód i wtył z wysuwaniem bioder wprzód i z wymachem ramion w górę i wtył.

22) Półkuczna — krążenie kolan bez podnoszenia pięt (kolana wysuwać daleko wprzód).

23) Zacinanie krawędziami i schodkowanie. Postawa szerokotorowa. Zacinanie krawędziami wewnętrznemi stóp do pozycji nóg X To samo zewnętrznemi krawędziami do pozycji nóg O, poczem postawa, płynne przejście z krawędzi na krawędzie wewnętrzne i zewnętrzne.

24) Postawa szerokotorowa. Wolne przechodzenie do półkucznej i kucznej i zpowrotem z równoczesnym zacinaniem płynnie krawędziami X i O.

25) Postawa szerokotorowa. Zacinanie krawędziami X i O z równoczesnym krążeniem kolan i wolnym uginaniem i prostowaniem kolan naprzemian.

26) Postawa szerokotorowa. Zacinanie krawędziami jedna zewnętrzna, druga wewnętrzna i płynnie zmiana. Następnie to samo z krążeniem kolan i stopniowem ich uginaniem.

27) Postawa szerokotorowa. Postępowanie w bok, wprzód, wskos, wtył na krawędziach stóp, nogi w kolanach unosić wysoko.

28) Rozkrok wprost. Postawa — szeroki rozkrok. Zwrot palców nazewnątrz i przenieść ciężar ciała na pięty, poczem uginanie i zbliżanie do siebie kolan z równoczesnym unoszeniem palców stóp. Tułów pochylony do przodu.

29) Rozkrok wprost i marsz nawprost na wewnętrznych krawędziach stóp, prowadząc je szeroko od siebie i obciążając w piętach. Kolana do siebie, tułów pochylony do przodu.

30) Zwroty i zakosy. Postawa szerokotorowa. Małemi krokami w miejscu odstawiając stopę palcami nazewnątrz, przejść do wzajemnie odwrotnego położenia stóp. W pozycji tej huśtanie w kolanach.

31) Postawa szerokotorowa. Wymachy nóg, palcami do góry i do siebie, ugięcie kolana, palce do siebie i postawa.

32) Postawa szerokotorowa. Wzniesienie nogi wprzód, chwyt ręką równoimienną za palce stopy i skręcenie stopy nazewnątrz z przyciąganiem kolana do piersi, poczem postawienie nogi odwrotnie. To samo nogą drugą lecz skręcenie stopy do wewnątrz i dostawienie.

33) Zwroty skokiem — obskoki. Postawa kuczna— wąska. Kolana wprzód, pięt nie odrywać, tułów lekko wprzód, odbicie się z pięt i podskoki do góry pionowo z podrywaniem kolan aż do piersi i unoszeniem palców do góry. Podskoki z miejsca na miejsce i przez przeszkody.

34) Postawa kuczna jak wyżej i skręt w biodrach wprawo (lewo). Skok jak wyżej i dalszy skręt bioder i nóg 90 do 180^0. Kolana i stopy zawsze zwarte (chustka między kolanami). To samo przez przeszkody (ławeczki).

35) Telemark. Postawa wąska przednia, prawa wprzodzie. Odchylić barki lekko wtył i skręty bioder i barków z wymachem w lewo. Pięści lekko ściśnięte. Ramiona ugięte. Zmiana.

36) Postawa wąska przednia, prawa w przodzie. Krótkie urywane wymachy bioder wprzód ze skrętem bioder i barków w lewo i skrętem stopy nogi wykrocznej w lewo oraz odchyleniem tułowia wtył.

37) Postawa wąska przednia. Prawa noga w przodzie. Skręt bioder w lewo z podaniem ich do przodu, kolejnem skrętem barków, skrętem stopy przedniej palcami w lewo i odchyleniem tułowia wtył, poczem dalsze podawanie bioder wprzód i równoczesny skręt barków i ramion wprawo, przyczem jeszcze głębsze ugięcie kolan, tułów lekko wtył. Zmiana.

38) Pług. Postawa szerokotorowa. Małemi krokami przejść do pozycji płużnej, uginanie kolan i skręty palców na wprost i do wewnątrz.

39) Postawa szerokotorowa. W dwuszeregu zwrot do siebie, pokryć na luki, poczem kuczna z równoczesnym przejściem do półkucznej, rozsunąć stopy do pozycji płużnej. Stopy oprzeć o stopy współćwiczących, poczem przejść do kucznej. Ćwiczenie to powtarzać kilka razy a następnie huśtanie w kolanach (kolana do środka). Naciskanie wewnętrzną częścią stóp, na stawiające opór stopy współćwiczących. Tułów podany wprzód.

40) Pozycja płużna. Dla oswojenia się z tą pozycją wykonywać w niej skłony wprzód, wbok, wtył z zamachem ramion i krążeniem tułowia.

41) Opór. Trójkami do siebie jak wyżej. Pozycja szerokotorowa kuczna, wyprost do półkucznej z równoczesnym wysunięciem nogi wskos do oporu o stopę współćwiczącego. Następnie przejść w kuczną. Ćwiczenie to wykonać kilkakrotnie, poczem krążenie i uginanie kolan.

42) K r y s t j a n j a   c i ą g n i ę t a. Postawa wąska przednia. Wymachy bioder wtył, wprzód, wtył z uginaniem kolan i z przenoszeniem ciężaru. Tułów lekko wtył odchylony.

43) Postawa wąska — przednia, prawa w przodzie. Ramiona lekko ugięte, pięści zaciśnięte, skręt bioder i barków wprawo z dużym rozmachem i przeniesieniem ciężaru na nogę zakroczną, wyprostowanie nogi wykrocznej i ugięcie zakrocznej. Stopy muszą się kręcić. Huśtanie na nodze tylnej do głębokiego ugięcia.

44) Postawa i skręt jak wyżej, poczem wymach bioder do przodu z przeniesieniem ciężaru i ugięciem nogi przedniej i równoczesnym wymachem barków i ramion w lewo. Barki lekko wtył, tułów przygniatać w dół przez silne ugięcie kolan.

45) P o z y c j a   p ł u ż n a — półkuczna. Ramiona lekko ugięte, pięści zaciśnięte. Skręty tułowia w stawie biodrowym z wysuwaniem barków do przodu najpierw wolno potem szybciej. Nogi równomiernie obciążone.

46) Pozycja jak wyżej. Skręt w lewo jak wyżej z głębokiem ugięciem i obciążeniem nogi prawej, pochyleniem tułowia do przodu i do wewnątrz ze skrętem głowy w lewo. Ramiona lekko ugięte, pięści zaciśnięte. Obie stopy płasko (nogi przeciwnej nie prostować lecz zostaje lekko ugięta).

47) Jak wyżej, poczem powolne dosunięcie stopy nieobciążonej i przejście w półkuczną.

49) K r y s t j a n j a   o p o r o w a. Pozycja oporowa kuczna. Ramiona lekko ugięte, pięści zaciśnięte. Skręt bioder, barków i ramion z przeniesieniem ciężaru na oporową i przejście do półkucznej. Dosunięcie płasko stopy odciążonej, przejście do kucznej z równoczesnym skrętem barków i ramion w stronę przeciwną do skrętu bioder.

50) Pozycja oporowa kuczna. Skręt bioder jak wyżej lecz równocześnie z uniesieniem nogi odciążonej, dostawienie tejże i przejście w kuczną ze skrętem barków w stronę przeciwną do skrętu bioder.

51) K r y s t j a n j a   r w a n a   s z e r o k o t o r o w a   i   w ą s k o t o r o w a. Postawa kuczna, wąska lub szeroka. (Ramiona lekko ugięte, pięści zwinięte). Skręt bioder w lewo (prawo) z równoczesnym wyprostem nóg do półkucznej i zamachem barków i ramion, tułów pochylony w przód.

52) Skręt jak wyżej, lecz natychmiast po skręcie bioder i barków wlewo następuje przeciwny ruch barków i ramion z przejściem do kucznej (nie unosić pięt, kolana wysuwać dobrze w przód).

ĆWICZENIA POMOCNICZE — RÓWNOWAŻNE, TUŁOWIA I RAMION.

R ó w n o w a ż n e. 1) Wykrok — stopa przednia w jednej linji z tylnią, następnie wysuwać stopę przednią aż do długiego wykroku — oba kolana proste. Przednia stopa cała na ziemi, tylnia lekko na palcach. Wymachy ramion przodem w górę i przodem w bok.

2) Postawa. Skurcz nogi wtył, chwyt ręką ze stopę, wzniesienie drugiego ramienia w górę i skłon wprzód z ugięciem nogi postawnej. Noga przytrzymywana lekko się prostuje i pociąga za sobą ramię.

3) Pozycja telemarkowa wydłużona. Stopy na jednej linji — przednia cała obciążona, tylnia na palcach. Ramiona wbok i skłony wbok bez dotykania ziemi.

T u ł o w i a 4) Postawa wąska przednia. Skłon wprzód, i wymach ramion wtył z ugięciem głębokiem kolan i wysunięciem ich wprzód. Następnie wymach ramion przodem w górę i skłon wtył z podaniem bioder wprzód.

5) Postawa szerokotorowa. Ramiona przodem w górę z wymachem nogi wtył, i skłonem wtył.

6) Postawa wąska — przednia. Spięcie ramiona wgórę, skłony głęboki w tył — z uginaniem wprzód kolan, poczem powoli wyprost, zaczynając od bioder.

7) Postawa. Wspięcie i przysiad (kolana razem) ze skłonem wtył. Ramiona ciągną w dół i dotykają pięt. (Tułów w jednej linji z udami). Powoli powstać, zaczynając ruchem bioder w górę.

8) Postawa wąska — przednia. Skłon wprzód. Ramiona wprzód, pięści zaciśnięte, silnie ugiąć kolana. Następnie wymach ramion dołem wtył i tyłem wgórę z równoczesnym silnym wypchnięciem bioder wprzód i wyprostowaniem tułowia i kolan do wspięcia na palcach. Biodra posuwają się falisto wprzód. (Ruch imitujący kręcenie oburącz korbą).

9) Klęk obunóż, kolana razem, skłon wtył z chwytem wyprostowanych rąk za kostki (tułów w jednej linji z udami). Wymachy bioder wprzód i wtył i krążenie tychże.

10) R a m i o n. W podporze leżąc przodem nogi szeroko, uginanie ramion wymachy bioder wprzód, wtył, w lewo i w prawo i krążenie tychże. To samo w podporze tyłem.

Część II-ga.

ĆWICZENIA Z KIJKAMI.

I. Ćwiczenia pomocnicze. 1) Postawa stopy zwarte, zabicie kijków daleko z przodu, oparcie ciała na kijkach, przez ugięcie ramion, poczem wyprost do postawy. To samo jednorącz.

2) Zabicie kijków zboku na długość ramienia i oparcie ciała wbok przez ugięcie ramienia, poczem wyprost do postawy.

3) Zabicie kijków skośnie z tyłu i podpór tyłem wisząc na wyciągniętych ramionach poczem uginanie ramion i podciąganie się na wysokość kijków. To samo jednorącz.

4) Zabicie kijków z przodu daleko i podpór przodem wisząc na wyciągniętych ramionach, następnie uginanie i podciąganie się na ramionach na wysokość kijków.

5) Zabicie kijków z przodu i podpór wisząc przodem poczem przejście przerzutem ciała w przód do podporu wisząc tyłem i odwrotnie.

II. Chód zwykły i człapak. 1) Postawa stopy zwarte. Naprzemianstronne wymachy kijkami dołem wprzód i wtył. Ramiona wyprostowane.

2) Jak wyżej lecz po wymachu wprzód ugięcie ramienia w łokciu i przeniesienie wtył z wyprostem.

3) Jak wyżej lecz ze skrętem barków.

4) Marsz wypadami z różnoimienną pracą ramion i kijków.

5) Marsz wypadami z równoimienną pracą ramion i kijków.

III. Trójkrok i dwukrok. 1) Wymachy kijków oburącz dołem wprzód i wtył.

2) To samo lecz po wymachu wprzód ramion w łokciach i przejście w kuczną z wyprostem ramion i wymachem kijków wtył.

3) Dwa kroki rozpędowe i zabicie kijków z przodu, poczem przy trzecim kroku odbicie się na jednej nodze, podciągnięcie się na na kijkach i silne odepchnięcie z przejściem w kuczną drobnemi krokami (dać się nieść daleko na kijkach).

4) Jak wyżej lecz tylko jeden krok rozpędowy (dwukrok).

IV. Krok zawodniczy. 1) Pierwsze dwa kroki z zabiciem równoimiennych kijkow t. j. krok prawą, zabicie prawego kijka, krok lewą i lewy kijek, następnie znów krok prawą, podciągnięcie się i odepchnięcie prawym kijkiem ze skrętem barków i tułowia, następnie to samo lewym.

V. Obskoki. Ćwiczenia pomocnicze. 1) Postawa, stopy zwarte. Zabicie kijków z boku, blisko na wysokości stóp. Kuczna i wyskok podpór, ramiona proste, nogi wyciągnięte, odbicie obunóż.

2) Jak wyżej i wyskok do podporu nogi podciągnąć do kucznej.

3) Jak wyżej, nogi podciągnąć kolanami do piersi, palce do góry.

Przy powyższych ćwiczeniach lądować przez wyprost nóg i wtłoczenie w ziemię, a z chwilą dotknięcie ziemi przejście w kuczną.

4) Wyskok do podporu, odbicie jednonóż i wymach nóg wyprostowanych w górę kolejno po sobie: noga wymachowa i odbijająca.

5) Jak wyżej, lecz odbicie obunóż i wymach nóg równocześnie.

Wszystkie powyższe ćwiczenia wykonywać z rozbiegu, odbicie obunóż względnie jednonóż i dawać się ponieść daleko na kijkach z podciągniętemi kolanami względnie z wymachem prostych nóg w górę.

VI. Skok poprzeczny i obskok na jednym kiju. 1) Zabicie kijka z boku, odbicie obunóż, podciągnięcie kolan, wyprost nóg i lądowanie poczem kuczna.

2) Zabicie kijka z boku wprzodzie, mały skok obunóż do kucznej na wysokośćć zabitego kijka odbicie obunóż i wyskok jak wyżej.

3) Jak wyżej, lecz w momencie doskoku na wysokość kijka w kucznej lekki skręt w stronę kijka, poczem odbicie wyskok i skręt początkowo o 90 potem o 180°, lądowanie jak wyżej.

4) To samo w terenie na stoku.

VII. Obskok na dwóch kijkach jednostronnie. Wszystkie te same ćwiczenia, co przy obskoku na jednym kijku.

VIII. Obskok między kijkami (wiatrak). 1) Z rozbiegu trzech kroków zabicie kijków z przodu, odbicie jednonóż i wysoki wymach kolejny nogi wymachowej potem odbijającej. Lądowanie w tej samej kolejności z lekkim ugięciem w kolanie.

2) Jak wyżej lecz zabicie kijków: wewnętrzny bliżej, zewnętrzny dalej i w powietrzu po wymachu skręt nogi wymachowej, potem odbijającej z równoczesnym skrętem bioder i tułowia. Lądowanie w tej samej kolejności. (Po wyskoku długo wytrzymywać się w podporze na rękach).

3) To samo w terenie na stoku.

IX. Obskok między kijkami obunóż. 1) Z rozbiegu zabicie kijków obustronne. Obunóż odbicie i wymach obu nóg razem wysoko w górę, palce pionowo.

2) Jak wyżej, lecz wewnętrzny kijek bliżej, zewnętrzny dalej, wymach nóg, skręt nóg, bioder i tułowia o 180⁰ i lądowanie na proste nogi z przejściem w kuczną.

3) To samo w terenie na stoku.

X. Marszobiegi. W terenie stosowanie naprzemian wszystkich wyszczególnionych chodów z przewagą zawodniczego, jako najbardziej nadającego się do marszobiegów zaprawy suchej i pokonywania przeszkód terenowych przez skoki terenowe i obskoki.

Kpt. L. Lubicz—Nycz.

Nauczanie narciarstwa w terenie.

Przystępując do nauki objaśnić uczniom przypinanie i odpinanie nart zależnie od rodzaju wiązania. Następnie objaśnić trzymanie kijów. Rękę włożyć w pętlę od spodu i podsunąć wgórę, tak by pętla obejmowała nadgarstek i rękę od strony grzbietowej. Palce obejmują kijek w ten sposób, że kciuk zwrócony jest do wewnątrz, reszta palców na zewnątrz. Zasadniczo ręka opiera się na pętli, która też powinna być odpowiednio szeroka, długa i sporządzona z miękkiej skóry.

Naukę jazdy na nartach należy rozpoczynać od nauki *chodu po równem*. Poprostu dlatego, że chód jest zasadniczym elementem jazdy na nartach i zawsze więcej chodzimy aniżeli zjeżdżamy.

Chód po równem składa się z szeregu po sobie następujących małych wypadów przy wybitnej współpracy bioder i barków. Posunięcie ciała wprzód jest wynikiem przeniesienia ciężaru ciała na wysuniętą wprzód i ugiętą w kolanie nogę przy pomocy zatkniętego wprzód przeciwnego kijka, na którym podciągamy się i odpychamy. Lekkie wysunięcie biodra wprzód zwiększa długość wypadu, zaś skręt barku wtył odepchnięcie się kijkiem Ważną rzeczą jest praca kijkami. Kijki służą nam do pomocy, dlatego też należy niemi celow pracować. Kijek należy wbijać trochę skośnie wbok, na wysokości stopy nogi wykrocznej, przyczem pięść zwrócona jest do środka i blisko tułowia. Takie ustawienie kijka pozwala na wykorzystanie pracy barku i lepsze odepchnięcie się. Ruchy całego ciała powinne być wykonywane swobodnie i naturalnie w zgodnym rytmie z oddechem.

Po opanowaniu chodu zasadniczego przystąpić można do nauczania *chodu z odbicia*. Chód ten stosuje się na małych pochyło-

ściach, na śliskich drogach i pozwala na rozwinięcie szybkości bez większego wysiłku.

Przy wyrównanych nartach przenosi się oba kijki najkrótszą drogą wprzód, wbija, opiera się na nich, podciąga ciało wprzód z równoczesnem pochyleniem tułowia wprzód, ugięciem nóg, poczem odpycha się mocno kijkami prostując tułów i nogi.

Poprzedzając chód z odbicia dwoma krokami i dołączeniem nart otrzymamy *dwukrok* stosowany na równinie, lekkich, pochyłościach przy nośnym śniegu.

Np. zrobić krok lewą nogą, przenieść na nią ciężar ciała, najkrótszą drogą wyrzucić kijki wprzód i wbić na wysokości lewego dzioba. Prawa noga pozostaje wtyle, pięta nieco uniesiona wgórę. Podciągnąć się na kijkach, podciągnąć i wysunąć prawą nogę wprzód przenosząc na nią ciężar ciała i odbić się kijkami prostując tułów. Następnie dosunąć lewą nogę do prawej i obciążyć obie narty równomiernie. Skoro ruch do przodu zmniejszy się rozpocząć pracę w podobny sposób. Oddychanie zgodne jest z pracą ciała. Wydech następuje w chwili odepchnięcia się kijkami.

Wykonywać małe kroki, główną uwagę zwracać na pochylenie tułowia wprzód, podciągnięcie się na kijkach i odbicie się kijkami z wyprostem tułowia. Pochylenie tułowia wprzód i wyprost zwiększają siłę odbicia się kijkami, a tem samem szybkość posuwania się.

Podchodzenia stosuje się przy wyjściu pod górę. Zależnie od stromości i długości stoku, rodzaju śniegu podchodzi się w rozmaity sposób. Na łagodnem podejsciu idziemy tak jak *po równem*, przyczem jeśli noga cofa się wtył uderzeniem zgóry wdeptać ją w śnieg. Ten sposób podejścia na stromym stoku jest bardzo męczący, stosuje się wówczas *chód wpoprzek stoku* z zacinaniem krawędziami bliższemi stoku. Na krótkim i stromym stoku podchodzić *rozkrokiem nawprost.* Sposób ten jest bardzo męczący. Podchodzić nawprost stoku, ustawiając nartę tak, że dziób zwrócony jest na zewnątrz, zaś piętka narty do wewnątrz. Nartę oprzeć na wewnętrznej krawędzi. Nogi w kolanach są ugięte, tułów pochylony wprzód. Ciężar ciała spoczywa na nodze przedniej i na przeciwnym kijku, który przenosi się wprzód równocześnie z wykonywanym krokiem.

Na stoku bardzo stromym, krótkim, zalodzonym podchodzić *schodkowaniem* wbok. Narty ustawić równolegle wpoprzek stoku. Następnie nartę górną wraz z kijkiem odstawić o krok wbok, zaciąć zewnętrzną krawędzią, zaś kijek wbić tuż przy więżbie. Przenieść ciężar ciała na nartę górną i kijek, poczem unieść i dostawić

nartę dolną wraz z kijkiem do narty górnej, zaciąć wewnętrzną krawędzią i wbić kijek tuż przy więżbie. Im stok jest bardziej stromy lub zalodzony, tem silniej zacinać narty krawędziami i wbijać kijki, zwłaszcza dolny, celem zapobiegnięcia usunięciu się wdół. W podobny sposób na stromym stoku można schodkować wdół.

Zazwyczaj wszystkie podchodzenia są męczące. Stopień tego zmęczenia zależy jednak od długości podejścia, stromości stoku, rodzaju śniegu i wreszcie co jest może najważniejszem od zastosowania odpowiednich kroków przy podchodzeniu. Dlatego też prowadzący powinien uczniom wskazywać i wyjaśniać jakie sposoby podchodzenia mają stosować, by mogli pokonać dane podejście bez zbytniego zmęczenia.

Najczęściej zdarza się, że stromość i długość stoku nie pozwalają na wejście wprost pod górę. Wówczas stosuje się *podchodzenie zakosami* t. j. wpoprzek stoku skośnie wgórę wlewo lub wprawo. Dobrze ułożone zakosy pozwalają wyjść na górę bez zbytniego zmęczenia i straty casu. Pewną trudność sprawiają zwroty na zakosach. Np. zwrot wprawo. obciążyć nartę, lewą i oba kijki, z których prawy znajduje się przy prawej piętce. Energicznym ruchem unieść prawą nartę wgórę, takby piętka znalazła się na wysokości lewego dzióba, poderwać kolano wgórę, skręcić nartę w prawo i ustawić w kierunku nowego zakosu. Jednocześnie przenieść wprzód i wbić kijek prawy. Po ustawieniu i wbiciu narty prawej i kijka ugiąć nogi w kolanach skręcić tułów wprawo i szybkim ruchem unieść nartę lewą i kijek i ustawić równolegle do narty prawej. Następnie rozpocząć marsz. W podobny sposób wykonać zwrot wlewo, zaczynając lewą nartą. Zwrot wykonywać szybko, rzutami, dzióby podnosić wysoko.

Na *równem zwroty* wykonywuje się przez *odstawianie nart.* Nartę unosi się nieco wgórę, dziób wysoko, piętka pozostaje przy narcie postawnej i wraz z kijkiem odstawia się wbok. W ten sam sposób dostawia się drugą nartę. Jestto najłatwiejszy sposób wykonywania zwrotów.

W czasie jazdy na nartach zdarzają się bardzo często liczne *upadki*, powodując często nawet groźne uszkodzenia ciała. Dlatego też początkującym objaśnić jak mają się zachować w chwili upadku. Przedewszystkiem rozluźnić mięśnie i nie przenosić kijów do przodu. Po zatrzymaniu się ustawić narty wpoprzek stoku, podeprzeć się kijkiem od strony stoku i zacinając narty krawędziami powstać.

Przy *zjeździe nawprost* narty ustawione są równolegle, tuż przy sobie lub na szerokość bioder. Dla zwiększenia podstawy jedną nartę wysuwa się nieco wprzód. Ciężar ciała rozłożony jest równomiernie na obie nogi, które muszą być rozluźnione w kolanach. Obie stopy spoczywają na nartach. Ramiona są swobodnie opuszczone, pięście zaciśnięte naciskają silnie na końce kijków. Cała uwaga i energja zjeżdżającego powinna się skupiać w zaciśniętych pięściach, ponieważ wtedy czujemy się związani z podstawą i zjazd jest pewniejszy. Zjeżdżać można w postawie prostej, pułkucznej i kucznej. Zasadniczej różnicy między temi postawami niema. W postawie niskiej nogi są więcej ugięte w kolanach a tułów podany do przodu. Przyjmowanie postawy zależne jest od terenu. W łagodnym terenie niema potrzeby przyjmowania postawy niskiej (półkucznej, kucznej), natomiast w terenie trudniejszym przy dużej szybkości, gdzie zachodzi potrzeba zatrzymania się czy zmiany kierunku postawa niska jest konieczna, ponieważ ułatwia nam zachowanie równowagi, panowanie nad nartami oraz łatwiejsze wykonanie zmiany kierunku jazdy. Ważną rzeczą zwłaszcza u początkujących jest trzymanie kijków. W postawie zjazdowej wysokiej czy niskiej zawsze pięście znajdują się nieco przed nogami i blisko siebie. Wskutek tego końce kijków zwrócone są nieco nazewnątrz. Zjazdy ćwiczyć także wpoprzek stoku. wówczas wysuwa się nieco wprzód górną nogę i zacina krawędziami bliższemi stoku.

Na małych pochyłościach zwiększać można szybkość zjazdu zapomocą *kroków łyżwowych* przypominających w zupełności jazdę na łyżwach. Są to małe wypady wprzód z przenoszeniem ciężaru ciała z jednej narty na drugą. W czasie przenoszenia nogi wprzód odpychamy się nartą postawną ustawioną skośnie, dziobem na zewnątrz i na wewnętrznej krawędzi.

Zjeżdżając zgóry z małą szybkością w najprostszy sposób można zmienić kierunek zapomocą *kroku zwrotnego*. Wykonuje się go w taki sam sposób jak na równem miejscu t. j. przez odstawienie nart wbok. Przy zmianie kierunku wlewo rozpoczyna się lewą nartą wprawo prawą.

Przy nauce zjazdów pamiętać należy o tem, że długie zjazdy są męczące, gdyż wymaga dużego wysiłku nerwowego i mięśniowego. Utrzymanie równowagi, oswojenie się z szybkością, nierównościami terenu, długa praca statystyczna mięśni i nóg powodują, że zazwyczaj zjazd u początkującego kończy się kropką (upadkiem) często

nawet nieszczęśliwym. Dlatego do zjazdów przygotowywać uczniów ostrożnie i stopniowo.

Jazda pługiem służy do zmniejszenia szybkości lub też zatrzymania się przy zjeździe nawprost.

W postawie półkucznej lub kucznej naciśnięciem pięt rozsunąć piętki nart na zewnątrz, przyczem dzióby pozostają blisko siebie. Ciężar ciała rozłożyć równomiernie na obie nogi, które są ugięte w kolanach. Tułów pochylić wprzód, pośladki obniżyć. Im dalej rozsuwa się piętki i zacina wewnętrznemi krawędziami tem mocniej hamuje się.

Przenosząc w pługu ciężar ciała na prawą względnie na lewą nartę otrzymamy jazdę *łukiem* wlewo lub wprawo.

Np. łuk wlewo. W pługu przenieść ciężar ciała na prawą nogę uginając się mocniej w kolanie. Prawa noga pozostaje nadal lekko ugięta. Następnie wolno wykonać skręt biodra i tułowia w stronę lewą. W podobny sposób wykonuje się łuk wprawo, przenosząc ciężar ciała na lewą nogę z wolnym skrętem bioder i tułowia wprawo.

Do zmniejszenia szybkości lub zatrzymania się przy zjeździe wpoprzek stoku służy *opór* jedną nogą. Opór jest również przygotowaniem do łuku z oporu i kristjanji oporowej.

W postawie niskiej zjazdowej wpoprzek stoku, pozostawiając ciężar ciała na narcie górnej, naciśnięciem pięty wysunąć piętkę dolnej narty nazewnątrz, pozostawiając dziób tuż przy dziobie narty postawniej. Narta oporowa odciążona posuwa się płasko. Dalsze odsunięcie piętki i zacinanie wewnętrzną krawędzią silniej hamuje.

Zmianę kierunku przy zjeździe wpoprzek stoku uskuteczniamy zapomocą *łuku z oporu.*

W niskiej postawie pozostawić ciężar ciała na nodze dolnej zaś górną nogę odciążoną wysunąć do oporu. Następnie przenieść na nią ciężar ciała z równoczesnem skrętem bioder i tułowia w stronę łuku. Przez cały czas naciskać mocno piętą nogi zewnętrznej. Po uzyskaniu nowego kierunku przejść do postawy zjazdowej, wysuwając wprzód nartę górną.

Łuk z oporu można wykonać przy zjeździe nawprost, wówczas przy zmianie kierunku wlewo wykonać opór nogą prawą i przenieść na nią ciężar ciała, z równoczesnem skrętem bioder i tułowia wlewo. Przy łuku wprawo przeciwnie.

Po opanowaniu oporów i łuków z oporu można przystąpić do nauki *kristianji oporowych,* które różnią się od łuków oporowych

szybszem i energiczniejszem wykonaniem. Wchodzi tutaj w grę zamachowa praca bioder i tułowia.

Np. zmiana kierunku wprawo przy zjeździe wpoprzek stoku. W niskiej postawie opór nartą lewą, obciążenie jej, gwałtowny skręt biodrami i tułowiem wprawo z jednoczesnem wyprostowaniem się. Przed uzyskaniem nowego kierunku dociągnąć odciążoną prawą nartę na zewnętrznej krawędzi i przejść do postawy zjazdowej.

W podobny sposób wykonywać kristjanję oporową przy zjeździe nawprost.

Zastanawiając się nad problemem czy teren ma służyć dla nart czy narty dla terenu, dojdziemy do przekonania, że właśnie narty służą do poruszania się w terenie.

Niektóre części naszego kraju pokryte są śniegiem przez długi czas i to w takiej ilości, że nawet komunikacja jest utrudniona. Wówczas narty mogą spełniać rolę najprostszego środka komunikacyjnego, ułatwiając mieszkańcom danych okolic wzajemne porozumiewanie się. Wdzięczne pole do działania w tym kierunku ma nauczycielstwo. Pozostając w bliskiej styczności z młodzieżą może łatwo wszczepić jej zamiłowanie do nart, a tem samem za jej pośrednictwem przekonać starszych i zyskać ich poparcie. O sprzęt w tym wypadku nietrudno. Drzewa jest u nas poddostatkiem i młodzież sama sporządzi sobie narty. Narciarstwo stanie się wówczas sportem użytecznym — przynoszącym korzyści realne nietylko jednostkom ale i społeczeństwu. Czyż nie sprawi to przyjemności nauczycielowi, jeśli zobaczy przed budynkiem szkolnym szereg zatkniętych nart, na których młodzież przyjechała na lekcję. Poznanie najbliższych okolic w innej szacie, urządzanie wycieczek do pobliskich miejscowości zainteresuje młodzież ruchem krajoznawczym i jeszcze bardziej wzmocni miłość do ziemi rodzinnej.

Roman Roszko

Technika saneczkarstwa.

Wprawdzie saneczkarstwo jako rozrywka uchodzi powszechnie za najłatwiejszy dział sportu, to jednak kryje ono w sobie poważne niebezpieczeństwa powodowane jazdą na niewłaściwych terenach, brakiem techniki i używaniem nieodpowiedniego sprzętu.

Z szeregu popularnych sanek używanych obecnie wymienić należy: styryjskie, tyrolskie, davosery, podgórskie, metalowe. Różnice

pomiędzy wymienionemi typami sanek tkwią w materjale i wykonaniu (szerokość, długość, forma płóz, rodzaj okucia).

Sanki nie powinny być zbyt wysokie lub niskie, ponieważ na wysokich sankach wskutek wysokiego pomieszczenia środka ciężkości ciała utrzymanie równowagi nastręcza duże trudności, natomiast sanki zbyt niskie trudne są do prowadzenia na nierównych torach i grożą uszkodzeniem ciała. Prawidłowa wysokość sanek powinna wynosić od 20 — 30 cm.

Szerokość sanek powinna odpowiadać budowie saneczkarza, z tego względu, że jazda na szerokich sankach powoduje szybkie zmęczenie; za wąskie zaś sanki są wywrotne. Ocenę sanek możemy przeprowadzić w sposób następujący: jeżeli zewnętrzne strony płóz posiadają rozwartość 35—40 cm to szerokość siedzenia powinna wynosić 25—30 cm. Długość sanek natomiast powinna się wahać w granicach 70—100 cm. Wprawdzie teoretycznie biorąc dłuższe sanki są korzystniejsze, ponieważ ciężar ciała jest bardziej rozłożony, wskutek czego płozy mniej wnikają w tor, i szybkość jest większa, jednak takie sanki tracą poważnie na zwrotności zwłaszcza na krzywiznach. Niezmiernie ważnym elementem budowy sanek jest również forma płóz. Jeżeli wygięcie płóz jest zbyt prostopadłe, to na twardych torach takie sanki będą rozwijały pewną szybkość, lecz na miękkich torach (śniegowych) są bezużyteczne. To też w zasadzie powierzchnia biegu (tarcia) płozy powinna wynosić 2/3 długości, wygięcie natomiast 1/3. Najpospolitsze okucie płóz powinno posiadać grubość 3 mm; okucia z cienkiej wstążki żelaznej mijają się z celem. Ogólnie biorąc okucie w przekroju powinno posiadać kształt trapezu, a szerokość powierzchni tarcia 12—14 mm. Na miękkich torach należy używać szerokich okuć, na twardych (lodowych) torach — wąskich.

Siedzenie sanek powinno być sporządzone z gurtu, ponieważ gładkie siedzenia nie tworzą odpowiedniego oparcia.

Omawiając pokrótce wyżej wspomniane typy sanek należy zaznaczyć, *że sanki styryjskie* jakkolwiek posiadają estetyczną budowę, jednak z braku przedniego wiązania są słabe.

Halltalery" wyróżniają się długiemi płozami i szeroką płaszczyzną ślizgu wskutek czego nadają się do używania na miękkich torach. Odznaczają się również daleko wysuniętem od tyłu siedzeniem i przedłużeniem listew górnych do uchwytu.

Sanki podgórskie w formie są podobne do „halltalerów" jednak wyróżniają się niezwykle starannem wykończeniem i doskonałem

okuciem „*Davosery*“ podobnie jak sanki podgórskie są wykonane solidnie.

Powyższe sanki do pojedyczej jazdy nie nadają się, ponieważ są zadługie.

Sanki metalowe (Loebener) sporządzane są ze stalowej rury, należą do najlepszych sanek, jednak na miękkich torach nie nadają się do użytku.

Wspomnieliśmy już, że znajomość techniki, jazdy jest przyczyną rozlicznych uszkodzeń cielesnych, zwłaszcza kończyn dolnych. Tłumaczy się to tem, że młodzież w jeździe zwykle ma wyprostowane nogi, a zmianę kierunku jazdy uskutecznia przez uderzenie toru piętą. W tych warunkach dochodzi często do uszkodzenia stawu skokowego i stawu kolanowego, nie mówiąc już o niebezpieczeństwie upadku, który powstaje na skutek gwałtownej zmiany kierunku jazdy. To też w nauce jazdy należy zwrócić uwagę na następujące szczegóły techniki jazdy: na sankach siedzieć daleko w-tyle, nogi ugięte w kolanach powinny być lekko ustalone przy płozach.

Z chwilą gdy sanki ruszą okazuje się, że kierunek jazdy nie pokrya się z linją zjazdu. Zjawisko to powodują nierówności toru, od którego płozy nie odbijają się równomiernie, co wpływa na ich różne obciążenie Nic dziwnego zatem, że płoza nadmiernie obciążona w danym momencie idzie wolniej, płoza zaś odciążona szybciej, wyłania się więc potrzeba kierowania czyli sterowania.

Istnieją tu dwa sposoby: 1) polega na nacisku ręki lub nogi na tor, 2) obciążenie płozy. Zasadniczo w jeździe dążymy do tego aby tarcie było jednakowe pod obu płozami a wszelkie odchylenia wyrównujemy przez nacisk lub obciążenie. Nacisk na tor uskutecznia się przez dotknięcie toru całą powierzchnią stopy, lub dłoni. Dobry jeździec ażeby nie tracić szybkości przez stwarzanie dodatkowego tarcia zazwyczaj czuciem wyprzedza moment skręcenia się sanek i reaguje odpowiednim ruchem tułowiu na obciążoną płozę.

Hamowanie czyli zatrzymywanie dokonuje się przez ustawienie stóp na torze obok płóz. Oczywiście, że przy większych szybkościach sposób ten zawodzi, to też stosuje się także poderwanie sanek; polega ono na tem, że nogi stawia się podobnie jak w pierwszym wypadku, następnie chwyta się rękami listwy boczne zprzodu i wspierając się łokciami na udach, unosi się przód sanek wgórę. Wówczas jedziemy na stopach i na wrzynających się w śnieg końcach płóz. Sposób ten jest niezawodny i nawet na lodowym torze pozwala zatrzymać się na przestrzeni kilku metrów. Jedynie zważać należy aby nacisk na

obie płozy był jednakowy, gdyż w przeciwnym wypadku grozi niechybny upadek.

Przy małych i łatwych krzywiznach wystarcza w zupełności odpowiednie pochylenie ciała od krzywizny bez potrzeby dotykania toru. Przy pokonywaniu dużych i trudnych krzywizn, należy przestrzegać następujących zasad: wjeżdżać na krzywiznę od strony zewnętrznej, następnie trzymając wtyle listwę górną wypychać tył sanek w stronę zewnętrzną krzywizny, a drugiem ramieniem trzymającem pętlę ściągać przód sanek ku stronie wewnętrznej; w ten sposób ścinamy krzywiznę i zabezpieczamy się od upadku. Tułów w początku krzywizny nachyla się do wewnątrz, w punkcie szczytowym należy odchylić się wtył, a w części końcowej krzywizny, należy pochylić się do zewnątrz ażeby: a) przeciwdziałać zarzuceniu i b) zjecać na środek toru.

Na pierwszych lekcjach należy nauczyć poprawnego siedzenia i zatrzymania się, a jazdy prowadzić na torach o niewielkim spadku, ażeby wykluczyć obawy młodzieży. Później można przystąpić do nauki jazdy na krzywiznach i w dalszym ciągu oswajać młodzież z szybkością. Przedewszystkiem zważać, ażeby uczniów sanki nie ponosiły, lecz rozwijały jedynie taką szybkość, przy której będą mogli nad niemi panować.

Najcelowsze są jazdy na jedynkach, ponieważ jazda dwójkami wymaga już pewnej umiejętności technicznej. Przy jeździe dwójkami powinien sterować uczeń, siedzący na tyle sanek.

Wszelkie jazdy gromadne a głównie jazdy na sankach nadmiernie obciążonych powinne być wykluczone z uwagi na bezpieczeństwo jadących. Ze starszą młodzieżą po opanowaniu techniki można przeprowadzić jazdy na czas (dwie jazdy — przeciętny czas) ponieważ przy jazdach na czas, uzyskanie dobrego wyniku uzależnione jest od ilości dotknięć toru i w rezultacie skłania młodzież do doskonalenia się.

Włodzimierz Humen

Oceny książek.

Paweł de Kruif. Łowcy mikrobów. Przełożył St. Miłaszewski. (Wyd. Trzaska, Ewert i Michalski, Warszawa). Str. 308. ilustr.

Nazwisko De Kruifa, znanego bakterjologa amerykańkiego, łączy się z dwoma dziełami literackiemi, z których jednego on był natchnieniem, a drugiego twórcą. „Martin Arrowsmith", powieść Sinclair Lewisa, niedawnego lauerata Nobla, powstała dzięki zżyciu się autora z De Kruifem, o czem autor wspomina w przedmowie. Uczony sięgnął jednak po samodzielne laury literackie i napisał bardzo ciekawą książkę: „Microbe Hunters", „Łowcy Mikrobów". Książka ta jest „dla wszystkich", to znaczy od zupełnego laika, aż do najściślejszego fachowca każdy przeczyta ją z zapartym tchem — nie można powiedzieć „jak powieść", bo jest ona ciekawsza od powieści. Daje tutaj autor nie życiorysy znanych badaczy z dziedziny bakterjologji — ale rzuca ich sylwetki, tak, jak ich sobie wyobraża schwytanych na gorącym uczynku dokonywania ważnych odkryć naukowych. Ludzie ci żyją w tej książce tak, jak żyją w wyobraźni autora — bliscy nam, pełni wad i błędów, ale wielcy. Wielcy ciekawscy, którzy chcą za wszelką cenę wiedzieć — i wielcy dobroczyńcy ludzkości, którzy chcą za wszelką cenę uwolnić ją od chorób. Powtarzam: żyją oni w tej książce tak, jak żyją w wyobraźni autora. Nie jest to traktat historyczny, a więc nie jest to ani tak nudne, ani tak ściseł, jak historja. Owszem, autor mija się wielokrotnie z t. zw. prawdą historyczną — i może właśnie dzięki temu, przedstawieniu przez niego ludzie wydają się bardziej prawdziwi. O tych nieścisłościach musimy jednak pamiętać, czytając tę piękną książkę. Autor przedstawił n. p. Kocha, odkrywcę zarazków gruźlicy, ale również twórcę metody leczenia tuberkuliną, od której tylu ludzi pomarło — jako większego badacza, niż Pasteura odkrywcę szczepionek ochronnych, którym tylu ludzi zawdzięcza życie. Mimo to, książka ta nietylko dla wszystkich jest napisana, ale naprawdę wszyscy powinni ją czytać; uczynią to z dużym dla siebie pożytkiem.

Tłumaczenie polskie bardzo zresztą wolne i dowolne — napisane jest ładnym, żywym językiem i dobrą polszczyzną, czem wyróżnia się korzystnie wśród zalewających nas nędznych tłumaczeń z języków obcych. Wielka jednakże szkoda, że przekładając książkę pisaną prze bakterjologa o bakterjogach, nie zwrócił się tłumacz do któregoś z fachowców o podanie polskiej nomenklatury. Dowiedziałby się, że angielski „incubator" nazywa się po polsku cieplarka, że „serum", to jest surowica, że „tetanus", to jest po polsku tężec, broń Boże nie „dławiec" (krup), i t. d., i t. d. — nie mówiąc już o takich „polskich" nazwach, jak „szpryca" (niem.: Spritze) zamiast strzykawka, albo „sztabka" (niem.: Stäbchen), zamiast prątek. Te i ine germanizmy w książce, tłumaczonej z angielskiego, zadziwiają czytelnika. Jedno przeoczenie tłumacza, tym razem z dziedziny geografji, dotyka polskiego czytelnika szczególnie przykro: o naszym poczciwym, polskim Wolsztynie, pisze się: „Wollstein w Prusach Wschodnich".

Miejmy nadzieję, że błędy (i wiele innych, o których pisać byłoby za długo) zostaną poprawione w następnem wydaniu, które oby ukazało

się jak najprędzej. Świadczyłoby ono o tem, że dobra i mądra książka znajduje w Polsce tylu czytelników, na ilu zasługuje. Znalazłaby ich pewnie łatwiej, gdyby nie wysoka cena ładnego zresztą wydawnictwa (18 zł.). Oryginał angielski można dostać już w cenie 4 zł.

Dr. E. Piasecka-Zeyland — Poznań.

J. Domaniewski. Ptaki naszych lasów. Część I i II. *J. Domaniewski.* Ptaki naszych gór. Poznań, 1930. Nakł. Księg. Św. Wojciecha Oglądanie i podziwianie piękna przyrody stanowi jeden z najważniejszych i najbardziej pociągających celów wycieczek krajoznawczych, które rozwijając fizycznie ciało, równocześnie kształcą i uszlachetniają ducha. Do piękności każdego krajobrazu poza roślinnością, przyczynia się w wielkiej mierze również i świat zwierzęcy zwłaszcza wszelkiego rodzaju ptaki. Żywe ich ruchy, piękny lot, przyjemny głos lub niekiedy wspaniałe ubarwienie, zwracają na siebie uwagę każdego. Czem są ptaki dla krajobrazu ocenia się najlepiej, zwiedzając okolice w których jest ich brak. Riviera francuska lub włoska, słynne ze swych pięknych widoków, czynią zawsze wrażenie czegoś nienaturalnie pustego i martwego wobec zupełnego braku ptaków, które ludność tamtejsza strzela i zjada gdy się tylko jaki pojawi. Ogrodów i lasków tamtejszych nie ożywia świergot ptasi do którego my tak jesteśmy przyzwyczajeni. Niestety ludzie miast naogół mało stykają się z przyrodą i nieznają nawet najpospolitszych przedstawicieli ptasiego rodu, nie umieją rozróżniać ich po upierzeniu i głosie. Dobrze więc zrobił Prof. J. Domaniewski wydając w Bibljoteczce Przyrodniczej trzy książeczki poświęcone naszym ptakom t. j. „Ptaki naszych lasów część I i II" oraz „Ptaki naszych gór". Oprócz udatnych rysunków, znajduje w nich czytelnik krótkie i barwne opisy ciekawych szczegółów życia najpospolitszych reprezentantów tej skrzydlatej rzeszy. Oby lektura tych książeczek przyczyniła się do zjednania naszym ptakom jak najszerszego koła przyjaciół i obrońców, których te pożyteczne i miłe istoty tak bardzo potrzebują.

Prof. Dr. Edw. Lubicz Niezabitowski— Poznań.

Bronisław Biegeleisen. Analiza uwagi w świetle badań psychologicznych. Kwartalnik Psychologiczny. t. III/1.

W pracy swej autor rozpatruje dwa zagadnienia: 1) jaki jest związek między uwagą a inteligencją i 2) jaki jest związek między zakresem a koncentracją uwagi. Autor wyraźnie zastrzega, iż wyniki, do których dochodzi w rozwiązaniu tych zagadnień, mają znaczenie tylko w odniesieniu do testów, użytych w pracy.

W zakresie pierwszego zagadnienia istnieją pewne trudności, trudne do pokonania, które usprawiedliwiają hypotetyczny charakter wyników. Przedewszystkiem, dla zbadania związku między uwagą a inteligencją trzeba móc otrzymać miarę uwagi, niezależną od działania inteligencji, i — co trudniej — miarę inteligencji bez różnicującego wpływu uwagi. W przeciwnym razie związek, jaki się między niemi wykaże, będzie miarą tego, co jest wspólnem w każdem z dwuch testów, nie zaś tego, co jest wspólnem w każdej z dwuch funkcyj.

Autor zdaje sobie sprawę z możliwości wpływu inteligencji na testy uwagi (Bourdona, Poppelreutera, Biurowego i Piorkowskiego), i chcąc porównać różne miary uwagi, eliminuje

z tych testów, metodą koleracji cząstkowej, wpływ inteligencji. Jednakże, jeżeli testy inteligencji są w pewnym stopniu miarą uwagi — bo przecież uwaga wydaje się być powszechną właściwością przebiegów psychicznych — to cząstkowa korelacja wyeliminuje nie tylko inteligencję, ale także pewną część samej uwagi. Ta wyeliminowana część może być tak znaczna, że to, co pozostanie, może już mieć bardzo małą wartość.

Stąd pożądaną rzeczą jest, o ile możliwe, starać się otrzymać już w drodze eksperymentalnej takie miary uwagi, które byłyby jaknajwięcej uniezależnione od wpływu ubocznych czynników i któreby posiadały wysokie i znane współczynniki rzetelności. Z drugiej strony pożądaną rzeczą jest stosować takie testy inteligencji, które zostały uprzednio wypróbowane co do ich odporności na działanie czynników, rozpraszających uwagę.

Testy uwagi, użyte w pracy, nie są pod tym względem bez zarzutu. Test Bourdona, naprzykład, który polega na przekreślaniu pewnych znaków, mierzy nie tyle zakres uwagi, co sprawność motoryczną, która rozwija się z wiekiem. W ten sposób wytłumaczyć można pozytywną zależność, jaką autor znalazł między liczbą przekreślonych znaków a wiekiem dzieci. Gdyby autor zmierzył zosobna szybkość przekreślania znaków (bez wyboru), znalazłby on, niewątpliwie, znaczną korelację między tą szybkością a „zakresem uwagi" w teście Bourdona. Stąd wynika, że lepszą miarą zakresu uwagi byłaby różnica szybkości przekreślania znaków bez wyboru i szybkości przekreślania tylko pewnych, zgóry zapowiedzianych znaków.

Obliczanie współczynników rzetelności jest bardzo istotnem dla wyprowadzania wniosków o stopniu zależności między dwoma porównywanemi kategorjami. Naprzykład, na podstawie koleracyj, wahających się około 0,25, autor wnioskuje o praktycznem nieistnieniu zależności między koncentracją uwagi a inteligencją. Korelacja tej wielkości przy niskich współczynnikach rzetelności może wskazywać na bardzo istotną zależność. Niestety nie wiemy, jakie były współczynniki rzetelności dla koncentracji uwagi i testów inteligencji. Nie wydaje się jednak nieprawdopodobnem, że krótki test Bourdona mógł mieć dla ilości błędów współczynnik rzetelności 0,40, testy zaś inteligencji 0,70. Wtedy istotny związek między koncentracją uwagi a inteligencją wyraziłby się, po wyeliminowaniu nierzetelności testów korelacją 0,45 co nie jest wielkością błahą.

($R_{ki} = r_{ki} / \sqrt{r_k}\sqrt{r_i}$, według Spearmana).

Właśnie istnieniem zależności między koncentracją a inteligencją można wytłumaczyć negatywną zależność, jaką autor znalazł między koncentracją a wiekiem dzieci. Wiadomem jest, że młodsze dzieci tej samej klasy są inteligentniejsze, a więc, ceteris paribus, normalnem jest, jeżeli wykazują więcej koncentracji uwagi.

Rozpatrując drugie zagadnienie — jaki jest związek między zakresem a koncentracją uwagi — autor przychodzi do wniosku, że brak jest wyraźnej odwrotnej proporcjonalności między zakresem a koncentracją uwagi. Do tego możnaby dodać, że z wyników innych badań, między innemi, z wyników badań Kocha i Habricha, wypada, że związek ten, w sensie rozumianym przez autora, jest raczej pozytywny. Jednakże ta okoliczność nie jest sprzeczną ze znanem prawem, opartem na pracach G. E.

Mullera, które głosi, że: „im więcejześrodkowuje się uwaga na pewną część pola, tem większa cechuje ją dokładność". Odróżniać tu musimy dwa rodzaje zależności, jedną, która stwierdza powyższe prawo, i drugą, którą badał autor. Pierwszą możnaby nazwać zależnością funkcjonalną, albo indywidualną, drugą — zależnością strukturalną, albo między-indywidualną. W obrębie jednego indywiduum zachodzi doskonała odwrotna proporcjonalność między zakresem a koncentracją, co nie przeszkadza, żeby osoba, która ma większą niż inne osoby koncentrację, miała też większy niż inne osoby zakres. Możnaby wskazać jeszcze na inne przykłady, gdzie strukturalna zależność jest pozytywną, funkcjonalna zaś — negatywną. Naprzykład szybkość i dokładność w wykonywaniu działań arytmetycznych. Ta sama jednostka będzie traciła na szybkości, jeżeli chce być bardziej dokładną, albo będzie traciła na dokładności, jeżeli chce zwiększyć szybkość swej pracy; jednakże, przy porównaniach różnych jednostek okaże się, że szybkość idzie w parze z dokładnością, to znaczy, że kto jest szybszy od innych jest naogół też dokładniejszy od innych.

Zasługą autora jest stwierdzenie, że ludzie nie układają się w 3 typy ze względu na stosunek dwuch cech (zakresu i koncentracji uwagi). Popularną jest dziś w Europie tendencja do klasyfikacji ludzi na kilka ostro zaznaczonych typów, w tym lub innym względzie. Autor stwierdził istnienie przynajmniej 12 typów, większość których nie jest wcale „typowa". Takie bogactwo typów przemawia przeciwko samej zasadzie typologicznej. Wskazuje ono na ciągłość i stopniowość w przejściu od jednej konstytucji cech do innej. Zwolennicy typologji popełniają zawsze ten sam błąd statystyczny: zapominają, że cechy ludzkie i ich proporcje rozkładają się według przybliżonej krzywej „błędu", która jest jednomodalną, nie wielomodalną. Gdyby istnienie wyraźnie zaznaczonych konstytucyj było naprawdę zjawiskiem „typowem", rozkład stosunków cech konstytucyjnych musiałby wykazać wielomodalność, co jest sprzeczne z faktami. Możnaby powiedzieć, że istnieje tylko jeden typ — przeciętności. Oczywiście nie przeczy to istnieniu różnic rasowych i antropologicznych, jak i innych różnic wyodrębnionych selekcją biologiczną lub społeczną, które mogę powstawać drogą przeskoków, a nie w myśl ciągłego rozwoju. Dotychczas nie stwierdzono przeskoków w rozwoju psychicznych cech i dyspozycyj człowieka; pod tym względem ludzkość stanowi jedną grupę homogeniczną, której charakterystyką jest jednomodalna krzywa „błędu" i której rozpiętość zależy od różnic indywidualnych, nie różnic typów.

Dla stwierdzenia, czy w testach uwagi daje się zauważyć działanie czynnika grupowego (czynnika wspólnego testom uwagi, innego niż czynnik ogólny „g") autor stosuje kryterjum Spearmana (tetrad criterion) do czterech testów uwagi i, znajdując, że kryterjum to sprawdza się, wnioskuje, że czynnik grupowy, poza czynnikiem ogólnym, nie istnieje. Jednakże, sprawdzenie się kryterjum Spearmana mówi tylko o tem, że każdy z testów uwagi można rozłożyć na dwie miary: jedną ogólną dla czterech testów, i drugą szczególną dla każdego z nich. Matematycznie można wykazać, że jeżeli dwa ogólne czynniki działają w kilku testach, ich połączone działanie można wyrazić ja-

ko działanie jednego czynnika, (sumy tych dwuch), w wypadku jeżeli proporcja jednego do drugiego jest taka sama dla wszystkich testów. A więc, jeżeli w czterech testach uwagi działają dwa czynniki, ogólny i grupowy, w równych względem siebie proporcjach, kryterjum Spearmana będzie się sprawdzać. Fakt więc sprawdzania się kryterjum nie zawsze świadczy o nieistnieniu drugiego czynnika.

Można natomiast stwierdzić istnienie grupowego czynnika, jeżeli różnice typu: $r_{ab}\, r_{cd} - r_{ac}\, r_{bd}$, obliczyć dla grupy testów, w której skład wejdą nie tylko testy uwagi, ale też inteligencji. Jeżeli te różnice nie sprawdzą kryterjum Spearmana, a więc naogół nie będą się równały zeru w granicach błędu prawdopodobnego, będzie można stąd podejrzywać istnienie grupowego czynnika w testach uwagi. Różnice takie obliczyłem dla pięciu testów, jednego inteligencji i czterech uwagi, korzystając z koleracyj, podanych w tabeli 13, i otrzymałem następujący ich rozkład:

Różnice	Liczebność
— 0,11	2
— 0,10	0
— 0,09	0
— 0,08	0
— 0,07	0
— 0,06	0
— 0,05	0
— 0,04	1
— 0,03	1
— 0,02	2
— 0,01	1
0,00	3
+ 0,01	3
+ 0,02	1
+ 0,03	1
Razem	15

W rozkładzie tym odrazu w oczy się rzucają dwie różnice o wielkości — 0,11. Różnice te są: Bourdon, Poppelreuter Biurowy, Inteligencja — Bourdon, Inteligencja Poppelreuter, Biurowy, oraz, Bourdon, Biurowy Poppelreuter. Inteligencja — Bourdon, Intelig. Popp. Biur. Już stąd widać, że testy Poppelreutera i Biurowy mają szczególnie silny z sobą związek, tak że można podejrzywać istnienie czynnika grupowego.

Idąc metodą Kelleygo w notowaniu związków, zachodzących między parami testów (Kelley: „Crossroads in the Mind of Man"), można stwierdzić, że istotnie najwyraźniej związek się zaznacza między testami Poppelreutera i Biurowym. Oto rozkład liczb razy, w których można podejrzywać zachodzenie czynnika (lub czynników) grupowych w różnych parach testów:

Bourdon i Biurowy	2 razy
Biurowy i Inteligencji	2 „
Bourdon i Piorkowski	3 „
Piorkowski i Intelig.	3 „
Bourdon i Inteligencji	4 „
Poppelreuter i Intelig.	4 „
Poppelreuter i Biurowy	6 „
Brak wszelkich podejrzeń	6 „
Razem	30 „

Oczywiście wyniki te nie dowodzą istnienia grupowego czynnika uwagi, tylko silnie przemawiają za taką możliwością. Błąd prawdopodobny, obliczony według cytowanej w artykule formuły Spearmana, wypadł według moich obliczeń dla największej różnicy (— 0,11) tylko około 0,02, czyli różnica wypadła przeszło 5 razy większa od jej błędu, co się może zdarzyć drogą przypadku 1 raz na sto różnic; w naszym wypadku zdarzyło się to 2 razy na 15 różnic, a więc istnieje duże prawdopodobieństwo, że grupa testów rozpatrywanych zawiera grupowy czynnik (albo czynniki) poza ogólnym czynnikiem

inteligencji, i że czynnik ten szczególnie silnie działa w testach Poppelreutera i Biurowym.

M. Olekiewicz.

Dr. L. Dufestel. H y g i é n e s c o l a i r e. Wyd. III. Paryż, 1932. Nakład Doin'a str. 438. Cena 50 fr.

Świeżo opuściło prasę III wydanie podręcznika higjeny szkolnej znakomitego higjenisty dra Dufestel'a, redaktora mies. „La Médecine Scolaire".

W wydaniu III (drugie wyszło w r. 1924) autor uwzględnił te wszystkie ulepszenia które w ostatnich latach znalazły zastosowanie przy wznoszeniu nowych budynków szkolnych, przy ich urządzaniu wewnętrznem, dalej przedstawił ustęp w organizowaniu opieki higjeniczno-lekarskiej w różnych krajach.

Układ podręcznika bardzo przejrzysty. Najpierw opisuje higjenę budynku szkolnego: oświetlenie, ogrzewanie, przewietrzanie, utrzymywanie czystości, dalej podaje opis higjenicznie urządzonych mebli szkolnych. Szczegółowo opisuje rozwój fizyczny i umysłowy ucznia, podaje metody badań antropometrycznych. Następnie pisze o chorobach zakaźnych i o środkach zapobiegawczych, o różnych zarządzeniach, mających na celu zapobieganie zachorowaniu uczniów. W końcu szczegółowiej podaje opis roli lekarza szkolnego i higjenistki szkolnej.

Autor posiada w wysokim stopniu dar przejrzystego szerszego ujęcia każdego zagadnienia. Od badań antropometrycznych sam obmyślił kilka przyrządów (np. tarakometr — do zapisywania kształtu i wahań rozszerzalności klatki piersiowej).

Podręcznik wydany na ładnym papierze, bogato ilustrowany.

P. Dufestel, znany przyjaciel Polaków, udekorowany przez Rząd Polski Krzyżem Komandorskim P o l o n i a R e s t i t u t a (patrz „Oświata i Wychowanie") i w swym podręczniku nie omieszkał wielokrotnie powoływać się na te wyniki jakie Polska w dziedzinie higjeny szkolnej w ostatnich czasach osiągnęła.

J. G. Thulin et L. Schelkens — T r a i t e d e G y m n a s t i q u e. Leçons journalières pour enfants (de 8 à 14 ans). Bruxelles, Paris, 1932 str. XVI, 164.

24 osnowy lekcyjne dla dzieci od 8 do 14 lat, dla szkół powszechnych na okres 4 lat, rozkładając po 6 osnów na 1 rok przy 3 godzinach tygodniowo. Autor przewiduje, że osnowy te prowadzone będą w najrozmaitszych warunkach i dlatego każdą osnowę wyposaża tak bogato w zasób materjału ćwiczebnego, że każdą z tych osnów można dostosować dla dziewcząt i chłopców, dla sprawnych i mniej sprawnych, do sali urządzonej, nieurządzonej, klasy z ławkami czy korytarze, nawet dla młodzieży starszej, pozaszkolnej, męskiej i żeńskiej. Do 11 roku różnica między gimnastyką dziewcząt a chłopców polega tylko na sposobie wykonania, po 11 roku podkreśla wyraźnie różnice. W ćwiczeniach siłowo - zręcznościowych każda osnowa podaje kilka ćwiczeń do wyboru według usprawnienia. Ćwiczenia na przyrządach przystosowuje do ławek szkolnych, a w razie niemożności podaje ćwiczenia zastępcze, odpowiednie do sali nieurządzonej, klasy czy korytarza. Przy końcu podręcznika podaje dodatkowo duży zasób ćwiczeń z poszczególnych grup o większem natężeniu i oddzielnie obszerny zasób ćwiczeń dla dziewcząt z którego to zasobu czerpać można dowolnie przystosowując osnowy dla młodzieży po-

zaszkolnej. Każda osnowa uwzględnia dokładnie przemyślane stopniowanie i natężenie ćwiczeń. Największą wagę przywiązuje do ćwiczeń prostujących i korektywnych, w każdej osnowie podaje duży ich zasób, opisuje bardzo dokładnie sposób ich wykonania czyli każda osnowa zdąża do jednego celu, uzyskania prawidłowej postawy. Autor dochodzi do pewnika, że im nauczyciel więcej przejmie się ćwiczeniami poprawiającemi postawę tem mniej potrzeba będzie gimnastyki wyrównawczej. Nie uznaje dla dzieci do lat 14 postaw wyjściowych do ćwiczeń, a jedynie postawy końcowe które są wynikiem poprawnie statnich granic ruchu. Słowem postawykonanego, doprowadzonego do owa końcowa jest wynikiem uzyskanej sprawności. Podręcznik wogóle opiera autor na wszystkich prawie poprzednio wydanych podręcznikach. W terminologji odwołuje się do „Gimnastyki w obrazach", w opisach gier do „Gry i zabawy", w zagadnieniach metodycznych do „Gimnastyka dla małych dzieci" i „Rady i instrukcje". Słowem z pożytkiem można stosować zebrane osnowy znając dokładnie wspomniane podręczniki.

A. Pigoniówna (Poznań).

Wszechświatowa federacja stowarzyszeń wychowawczych *(World federation of education associations)* z główną siedzibą w Nowym Jorku, która zorganizowała w roku ubiegłym w Deuver (Colorado, Stany Zjednoczone Ameryki Północnej) Kongres międzynarodowy, wydała świeżo sprawozdanie sekcji higjenicznej. Tom ten o 279 str. zawiera kilkadziesiąt referatów, dotyczących głównie sprawy wychowania higjenicznego w szkołach i opieki lekarskiej nad dziatwą i młodzieżą szkolną w różnych państwach wszystkich części świata. O roli lekarza szkolnego w szkołach średnich *(The Role of School Physician in the Secondary Schools in Poland)* ogłosił tu artykuł dr. Stanisław Kopczyński, opierając się na materjale higjeniczno-szkolnym z naszego Ministerstwa.

Należy przypomnieć, że to samo stowarzyszenie zorganizowało w r. 1929 w Genewie wielki zjazd międzynarodowy wychowawczy. W świeżo wydanym pamiętniku Sekcji higjenicznej tego zjazdu p. t. *„A world panorama of health education"* (Przegląd światowy wychowania higjenicznego") znajdujemy również artykuł dr. St. Kopczyńskiego p. t. *„Hygiene propaganda trough the Medium of the School"* („Propaganda higjeny za pośrednictwem szkoły").

W tomie tym przedstawiona jest sprawa, jak rozmaite państwa propagują higjenę przez szkołę i w jakim zakresie w programach swoich uwzględniają nauczanie higjeny.

Z prasy polskiej

M u z y k a w s z k o l e. — Miesięcznik pedagogiczno - muzyczny, wydawany przez Związek Nauczycielstwa Polskiego. Rok IV. Nr. 8.

Z zeszytu tego godne uwagi i ważne dla w. f. są „T a ń c e K a s u b s k i e", opisane przez prof. Zbigniewa Madejskiego z Wejherowa. Opis czterech tańców rybaków Kaszubskich, zamieszkujących wioski półwyspu Helskiego z dodaniem muzyki i tekstu piosenek przez autora, stanowi dla wychowawcy fizycznego cenne uzupełnienie opisanych form tańców narodowych w podręczniku metodycznym dla nauczycieli W. Sikorskiego: „Gimnastyka", cz. II-ga. Żałować należy, że transponując na nuty śpiew do tańców Kaszubskich — autor nie poparł swojego opisu zdję-

ciami fotograficznemi. Tylko w ten sposób pozyskalibyśmy pełny obraz zebranych i uratowanych przez autora tańców prastarego szczepu polskiego.

Ciekawa i jedyna w swoim rodzaju dusza tego ludu odzwierciadla się m. in. w sztuce choreograficznej, która jest nacechowana prostotą o rytmie rozlewnym, podobnie jak pełne prostoty jest smętnie spiewana w czasie połowu, na łodziach piosenka:

„Jak ta woda czysta jest rybacka dusza,
Wszystko co szlachetne i dobre ją wzrusza;
Nie zna co to ucisk, krzywda albo brudy,
Bo prosta rybacka dusza bez obłudy".

Poza wspomnianym opisem miałem już możnoć podziwiać popis, złożony z czterech tańców Kaszubskich w oryginalnych strojach. Widziałem żywy obraz umiłowanego przez młodzież Kaszubską: „K o s e d e r a". Taniec naogół ciężki, o poskokach i przysiadach elastyczno - ociężałych. Ciężkie poskoki par, połączone z krzyżowaniem nóg i skokiem nożycowym (z lekkim przysiadem), przypominają nieco, Kozaka, ale są wolniesze i pozbawione cech dzikości.

„S z e p e r", który raczej nazwałbym zabawą ze śpiewem (pary poruszają się w koło w tempie walca), jest mniej ciekawą formą ruchu z punktu widzenia piękna i wartości ćwiczebnej. Tego rodzaju zabawa taneczna polega na tem, że jeden z danserów, nie mający pary tańczy z miotłą, wykonując poskoki i przysiady, a w czasie przysiadu przekłada miotłę pod jednem z kolan. W międzyczasie przeszkadza mu drugi danser bez pary, który zbliżony do ucha tańczącego z miotłą naśladuje głos psa (kota). W czasie tańca wszyscy śpiewają:

„Lewieczci chłedzą, dząci brząkają
Ci Tewczarczicy za nim szukają;
Co Tewckom, to skłepkom, to jagniżątkom" (2 x).

(Owieczki chodzą, dzwonki brząkają — Ci owczarze za nim szukają— Co owcom, co skopom to jagniętom). Gdy słowa pieśni kończą się, danser kładzie miotłę u nóg danserki, z którą chce tańczyć.

Powstaje stąd zamieszanie wskutek zmiany dam. Pozostaje znowu dwuch samotnych, a każdy z nich stara się chwycić miotłę, by z nią tańczyć razem z wszystkiemi parami walca na tę samą melodję. Danser, który pozostał bez miotły pozostaje pieskiem (kotkiem) i przeszkadza wszystkim tańczącym parom, naśladując przytem głos psa (kota).

„S z e w c", w tempie wolniejszem (po żywej przegrywce) przy śpiewie:

„Szyjam bute, szyjam bute, wycigum dratw. (2 x)
Bijam ćwiecze, bijam ćwiecze, bijam ćwiecze, bijam ćwiecze".

(Szyję buty, szyję buty, wyciągam dratew — Biję gwoździe i t d.). Składa się z trzech części. Część pierwsza tańca, tańczona w takt „polki" ma pewną wartość ćwiczebną z punktu widzenia rytmu, taktu i formy ruchu. Dalsze dwie części — to raczej zabawa ze śpiewem i naśladowanie mimiką i ruchem kończyn zwyczajnych ruchów szewca. Ciekawe jest tworzenie przytem przez tańczące pary malowniczych figur i „przymilne" patrzenie sobie w oczy przez poszczególne pary.

Ostatni z tych tańców, t. zw. „Ż e k", stanowi coś bardziej oryginalnego, jeżeli chodzi o dobór obrazów (figur), tworzonych w takt muzyki (śpiewu). Figury „żeka" przypomina-

ją poczęści figury mazura. Jest ich aż pięć.

Figura I-sza — to przegrywka, w czasie której dziewczęta pierwszego szeregu w pewnej chwili robią zwrot do chłopców, ustawionych w drugim szeregu z przytupem. Figura II-ga polega na poskokach skrzyżnych w miejscu. Pary nie trzymają się, a tańcząc w miejscu krzyżują raz lewą, raz prawą nogę naprzemian z przodu i z tyłu, aż melodja tańca skończy się. Gdy dwa pierwsze szeregi tańczą, ostatni szereg (dziewczynki) wykonuje ruch wahadłowy na boki (skłony tułowia w płasz. czołowej). Figura III-cia jest połączeniem pierwszej i drugiej. Przy figurze IV-ej trójki tańczących ustawione w trzy rzędy, chwytają się za ręce i każda trójka stojąca na parzystem miejscu, przesuwa się nieco do tyłu dla uzyskania swobodniejszego miejsca, celem wykonania figury piątej. Przy figurze V-ej — tańczące trójki tworzą kółeczka (w grupkach, trójkowych), a po przegrywce zaczynają wirować (coś podobnego, jak przy jednej z figur mazura) tworząc ogólne foremne koło z postępem ruchu małych kółek w kole ogólnem. W dalszym ciągu tańca tworzą się kółka w grupkach szóstkowych, tj. po dwie trójki przyległe.

Ten krótki opis nie wyczerpuje wszystkich odmian ruchów przy tańcach Kaszubskich. Zwróciłem tylko uwagę na formy zasadnicze, które dusza tego ludu przechowała dzisiejszemu światu z czasów dawniejszych. Miejmy nadzieję, że zainteresuje się niemi szerszy ogół społeczeństwa polskiego, jako świadectwem rodzimej polskiej kultury Kaszubów.

J. Flisak.

„S p o r t W o d n y". Numer 14-ty „Sportu wodnego" za r. bieżący przynosi w artykułach A. H. p. t. „Do Berlina" Wł. Grzelaka, Romantyczna Brda i Tonny o lodowy jachting, trzy zagadnienia godne zwrócenia na nie uwagi, są niemi: 1) Konieczność wystąpienia w Igrzyskach Olimpijskich na terenie żeglarskim dla zadokumentowania nietylko naszych pretensyj do morza, ale i widocznego znaku naszych morskich zainteresowań, 2) propaganda Brdy, jako terenu turystycznego dla kajakowców, 3) przeniesienia zainteresowań żeglarskich na teren lodowy w zimie. Są to problematy ze wszechmiar zasługujące na uwagę świata sportowego ze względu na ich walory natury fizyczno - wychowawczej.

Z prasy obcej

Październikowy i listopadowy nr. miesięcznika T h e J o u r n a l o f H e a l t h a n d P h y s i c a l E d u c a t i o n przynoszą szereg artykułów znamiennych dla kształtowania się poglądów na sprawę w. f. w Ameryce. O ile w numerach z I połowy 1932 r. tego miesięcznika (który musimy uznać za wysoce miarodajny, jeśli chodzi o poglądy i prądy nurtujące w społeczeństwie amerykańskiem w sprawie kierunku w jakim ma iść w. f.) zauważyć się dawały znaczne różnice zdań i rozbieżności poglądów, to z treści ostatnich numerów widać wyraźnie, że w zasadzie zapanowała już wśród przedstawicieli wych. fiz. i pedagogji w U. S. A. jednomyślność. W artykułach najpoważniejszych przedstawicieli tych dziedzin wyraźnie przebija podstawowa myśl przewodnia: Cały układ ży-

cia społeczeństwa cywilizowanego zmierza ku daleko idącej przebudowie wynikającej ze stałego kurczenia się czasu poświęcanego pracy na zdobywanie środków utrzymania i ciągłego powiększania się czasu wolnego od pracy (Leisure); cały układ organizacji wykształceniowo - wychowawczej musi tak przygotowywać obywatela, by mógł on spędzać czas wolny w sposób korzystny dla siebie i dla zbiorowości, nie można rozgraniczać w człowieku jego intellektu i strony fizycznej — obie strony — intelektualna i fizyczna stanowią całoć dopiero — rozwój musi przebiegać synchronicznie. Niema żadnej odstępnej dziedziny czy systemu wychowawczego, który by się zwał „wychowanie fizyczne" — istnieje iedno ogolne wychowanie—Education. Wychowanie fizyczne w ramach ogólnego wychowania musi iść w kierunku dostarczenia człowiekowi jak najlepszych możliwości wykorzystania czasu wolnego od pracy z korzyścią dla siebie samego i zbiorowości. Społeczeństwo mające dużo czasu wolnego od pracy zarobkowej musi być czynne, trzeba mu umożliwić „pracowite próżnowanie". Wraz ze zdrowiem fizycznem musi iść w parze zdrowie intelektualne i społeczne — tylko pod tym warunkiem istnieć może zdrowa i szczęśliwa zbiorowość. Oto kilka poglądów, które obecnie panują niepodzielnie na łamach The Journ. of Health and Phys. Educ. — nie podlegają one już nawet dyskusji. Są one podstawowemi tezami do wszelkich rozważań a rozważania te idą obecnie niezmiennie w jednym kierunku: „trzeba tak zorganizować system wychowania—Education — aby przygotować społeczeństwo do racjonalnego i korzystnego spędzania czasu wolnego od pracy — Leisure.

F i z y c z n a s t r o n a w y c h o w a n i a w K o l e g j u m (s z k o ł a ś r e d n i a). *By C. E. Ragsdale.* Assistant Professor of Education — University of Wiscontin. U. S. A.

The Journal of Health and Phyc. Educ. Vol. III Nr. 8, pg. 3. — *The physical lespect of a College Education.*

Autor rozpatruje miejsce jakie zajmuje i powinno zajmować wych. fiz. w wychowaniu szkolnem.

W artykule swym szuka autor odpowiedzi na następujące zagadnienia, mające wedle niego znaczenie zasadnicze:

1. czy wychowanie przyczynia się w znaczniejszym stopniu, niż rozwój intelektualny, do umiejętnoci i sztuki życia?

2. czy w życiu kulturalnem istnieje strona społeczna i kulturalna tego życia?

3. czy szkoła jest odpowiedzialna za rozwój indywidualny jednostki w społecznej i fizycznej równowadze i pomyślności?

W odniesieniu do szkół elementarnych i wyższych odpowiada autor na wszystkie trzy pytania twierdząco: Metody projektów w nauczaniu. odczyty społeczne, działalność pozaszkolna uczni — zakorzeniły się mocno w życiu tych zakładów, w ostatniej zwłaszcza dobie nastąpiło znaczne wzmożenie działalności społecznej w szkole elementarnej w związku z wych. fizycznem. Inaczej przedstawia się wedle autora sprawa w Kolegjach średnich. W tych zakładach od dawna uznano za swe główne, jeśli nie jedyne zadanie rozwój intelektualny. Cała organizacja szkoły rozbudowana jest w kierunku tego właśnie celu. Obecnie coraz więcej przeważa pogląd że życie tych zakładów musi być zreorganizowane tak, by szkoła spełniała szerokie zadania społeczne. Muszą być

wprowadzone społeczne metody w nauczaniu, a do programu włączone przedmioty socjalne. Ma to wedle autora na celu przystosowanie rozwoju intelektualnego do potrzeb postępu społecznego. Jednym z ważniejszych jeżeli nie najważniejszych z czynników w tego rodzaju wychowaniu szkolnem jest wedle autora wychowanie fizyczne. Stosując te metody da się młodzieży odpowiednie przygotowanie do pełnowartościowego i pożytecznego dla zbiorowości spędzania czasu wolnego od pracy — leisure.

Autor widzi w całości wychowania szkolnego trzy współrzędne fazy: intelektualną, społeczną i fizyczną. Logicznym wynikiem tego stwierdzenia jest wedle autora konieczność odpowiedniego przebudowania organizacji szkolnej. Należy wprowadzić przymus wych. fiz. i społecznego do programu wychowawczego Kolegjów, poświęcając na każdą fazę jednakową ilość godzin. Ponieważ nikt nigdy nie twierdził, że udział studenta w działalności intelektualnej może być w szkole pozostawiony do jego własnego uznania, niema przeto powodu do tego aby udział w wychowaniu fiz. w Kolegjum był jedynie dobrowolny,.

A. K.

By Clair V. Langton D. P. H. Przyszły rozwój w wych. fiz. — *The Future deselopement in Phys. Educ.* The Journal of Health and Phys. Education. Vol. III, Nr. 5. 1932.

Autor artykułu stwierdza, że wych. fiz. stanęło obecnie w U. S. A. na rozdrożu. W związku z nowymi warunkami, wytworzonymi przez zmieniające życie ekonomiczne i kapitalistyczną strukturę dzisiejszej cywilizacji w U. S. A. należy zastanowić się poważnie nad kierunkiem w. fiz. na przyszłość. Autor analizuje następujące zagadnienia:

1. Wychowanie zdrowotne (hygjena),

2. Rozrywki i wypełnienie czasu wolnego od pracy — leisure,

3. Sposoby szkolenia nauczycieli na przyszłość,

4. Ciągły i stopniowany program w. f. dla każdego wieku,

5. Zapewnienie kredytów na wych. fiz.

6. Dyplomowanie nauczycieli wych. fiz.,

7. Rola telewizji w przyszłem nauczaniu wych. fiz.

Wychowanie fizyczne przeszło w U. S. A. szereg daleko idących zmian w ostatnich 30 latach. Z początku było wych. fiz. kierowane przez ludzi o wykształceniu lekarskiem i wysiłki ich skierowane były głównie na podniesienie zdrowotnoci. Ich jednak postulaty nie pokrywają się z dzisiejszem pojęciem wychowania zdrowotnego. Okres następny był okresem boiskowym i atletycznym — główną rolę grały wówczas gry sportowe i sporty. Po tym okresie przyszedł okres ostatni, który wchłonął programowo okres zdrowotny i okres boiskowy. Przed 10-ciu laty zmodyfikowano w wych. fizycznem stronę zdrowotną programu, kultywując głównie stronę etyczną, emocjonalną i socjalną wychowania fizycznego. Obecnie gdy strona zdrowotna wych. fizycznego znów nabrała pełnego znaczenia powstaje pytanie: czy wychowanie fizyczne wchłonie jako część integralną wychowanie zdrowotne i zrobi z niego dynamiczną część ogólnego swego programu — czy może wychowanie zdrowotne stanie się samodzielnym zupełnie ruchem. Nie ulega wątpliwości że wychowanie zdrowotne, posiada określone miejsce w programie i życiu szkolnem. Nasuwa się tu pytanie kto ma realizować program. wych. zdrowotnego, czyli jakie metody mogą być nadrzędnemi — w rozszerzo-

nym programie zdrowotnym w szkole. Chociaż—dotychczas wychowawca fizyczny nie był dostatecznie wyszkolony do przeprowadzenia tego rozszerzonego programu wych. fiz. istnieją wskazówki, że jedynie nauczyciel wych. fizycznego powołany jest do zrealizowania tego programu.

Należy w przyszłości poświęcić o wiele więcej uwagi w programie wychowawczym na rozrywki i na wypełnienie czasu wolnego od pracy — leisure — niż dotychczas. Wedle autora nadzwyczaj szybki rozwój techniki sprowadzi wkrótce znaczne zmniejszanie ilości godzin pracy i zmieni strukturę finałową społeczności amerykańskiej; w związku z tem musi się pojawić w wychowaniu fizycznem kierunek rekreacyjny — musi powstać program „Spędzania czasu wolnego od pracy", który by odegrał twórczą rolę w ostatecznem „rozwiązaniu kwestji" wolnego czasu — leisure".

Program wych. fizycznego stał się obecnie tak wszechstronny, że rozlegają się już coraz częściej głosy, że dotychczasowy system szkolenia nauczycieli wych. fizycznego, jako nierównomierny dla wszystkich faz wych. fizycznego, jest niewystarczający. W kwestji tej istnieją dwie tendencje: 1-o przedłużyć okres studjów z 4-ch na 5 lat. 2-o podzielić okres wyszkolenia na dwa kursy — niższy i wyższy po dwa lata każdy, przyczem niższy byłby ogólnym, zaś wyższy — specjalnym.

Sporo miejsca poświęca autor sprawie stworzenia stopniowanego programu wych. fiz. dla młodych i starszych; zwłaszcza program dla starszych jest wedle autora zupełnie niedostateczny.

Palącą sprawą wedle autora jest unormowanie wymagań dyplomowych dla nauczycieli wychowania fizycznego; nauczycielami wych. fizycznego po-
wiednie dyplomy naukowe.
winni być jedynie posiadający odpo-

Jako jedną z głównych pomocy w wych. fizycznem w niedalekiej przyszłości uważa autora telewizję i telefon.

A. K.

V. Suk. S p o s t r z e ż e n i a n a d s t r u k t u r ą a n t r o p o l o g i c z n ą R u s i P o d k a r p a c k i e j. P u b l i c a t i o n s d e l a F a c u l t é d e s s c i e n c e s d e U n i v e r s i t é M a s a r y k.

Autor streszcza rezultat swych badań antropologicznych, serologicznych i lekarskich nad ludnością Rusi Podkarpackiej. Zbadanych 1800 osobników należało przeważnie do ludności rusińskiej, ale mamy też pewien procent niemców i żydów.

Z typów rasowych Rusi Podkarpackiej rozróżniamy rozsiany po całem terytorjum dość nieskrystalizowany typ zbliżony do alpejskiego i dwa wyraźnie różniące się i zamieszkujące osobne części rozpatrywanego obszaru, oznaczone przez autora literami D i L.

Typ D mógłby być określony jako dynarski, choć nie rzadko spotykamy jaśniejszy kolor oczu dochodzący czasem do zupełnie niebieskiego. Typ D głównie jest reprezentowany wśród Hucułów, którzy wyróżniają się wyższą kulturą i wogóle wyższym poziomem od całego ogółu. Typ L zajmujący większą część terytorjum zbliżony jest do laponoidalnego, wyróżnia się niższym wzrostem, żółtawym kolorem skóry i ciemną pigmentacją.

Różnice w typie rasowym, różnice językowe tych dwu odłamów populacji świadczą o różnem jej pochodzeniu.

Pozatem autor porusza w swej pracy kwestję obecnego sposobu określanai typu rasowego, w oględnej formie, ganiąc za duże różnicowanie przy o-

kreślaniu, zamałe zwracanie uwagi na czynniki zewnętrzne. Ta kwestja zdaje się specjalnie interesować autora, gdyż w innych jego pracach zresztą nad wyraz ciekawych jest również poruszana.

T. Ż.

Dr. W. Janowsky: Wzajemny stosunek i rozgraniczenie pojęć kostytucji, rasy i budowy ciała. *(Konstitution, Körperbau und Rasse in ihrer gegenseitigen Beziehung und Abgrenzung.* Anatomischer Anzeiger, Bd. 70. Jena 1930.

We wstępie autor zwraca uwagę na to, że zagadnienie konstytucji wyłoniło się przy badaniach patologicznych i dlatego od początku związane było z medycyną, występowało w pracach lekarskich zarówno z dziedziny chorób wewnętrznych jak i psychicznych. Mianowicie skłonność czy odporność na pewne choroby określano przez taką czy inną konstytucję.

Z rozwojem antropologji zagadnienie konstytucji zespoliło się z zagadnieniem rasy. Ale, że zdaniem autora definicja rasy nie jest jeszcze dokładna, więc antropologji nie udało się dotąd istoty konstytucji uchwycić.

Tu autor zaznacza, jak ważnem jest jasne postawienie zagadnienia i jak często, jeśli chodzi o konstytucję, operowano tą nazwą nie precyzując, co się przez nią rozumie.

Autor dzieli pracę na trzy części. W pierwszej zajmuje się konstytucją i budową ciała, w drugiej rasą a w trzeciej przeanalizowawszy te pojęcia określa ich wzajemny stosunek i zakres zjawisk, które im sie podporządkowują.

A: Konstytucja i budowa ciała.

Autor podaje szereg definicji i ich krytykę. Wadą tych wszystkich definicji było to, że zakres zjawisk, które podporządkowano pojęciu konstytucji w każdej prawie definicji był inny. Rozpatrywano cechy bądź geno,- para - albo fenotypiczne, bądź morfologiczne, bądź patologiczne. Wieloznaczność w pojmowaniu konstytucji wytworzyła zamieszanie w szczególności tam, gdzie przez kostytucję rozumiano li tylko budowę ciała.

Istotną w konstytucji jest zdaniem autora dziedziczność. Dlatego odpowiada najbardziej autorowi definicja Bauer - Tendlera. Definicja ta jest podana przez wzór obrazujący skład fenotypu jako sumę genotypu, (którą identyfikuje Bauer z konstytucją) i paratypu, (który identyfikuje Bauer z wpływami zewnętrznemi).

Phanotypus = Genotypus + Paratypus = Konstitution + Kondition.

Na taki podział autor nie zgadza się, wyjaśniając, że zmiany perystatyczne, powodowane przez warunki zewnętrzne, związane są również z genotypem inaczej, że paratyp jest w pewnym funkcjonalnym związku z genotypem.

Wspomina autor o znaczeniu systemu wydzielania dokrewnego w organiźmie, bez działania, którego żadne zjawisko w organiźmie się nie odbywa. Cechy dziedziczne przejawiają się wyraźnie w systemie dokrewnym, muszą więc mieć pierwszorzędne znaczenie od chwili, gdy perystaza się zaczyna.

B. Rasa.

Autor przytacza tak jak dla konstytucji szereg znanych definicji dla rasy. Krytykuje te definicje, które na pierwszy plan przy tworzeniu ras wysuwają czynnik geograficzny.

Zdaniem autora rasa tak jak i konstytucja jest oparta przedewszystkiem na podłożu dziedziczności. Rasa nie jest przytem czemś sprzecznem z mieszaniną ras, różnice między typami czystemi a mieszańcami nie polegają

na różnicy jakościowej genów lecz ilościowej.

Przy określaniu rasy należy jednak możliwie ściśle badać czynniki perystatyczne (oddziaływanie środowiska).

Rozumie autor trudność w określeniu rasy wynikającą z tego, że w praktyce mamy do czynienia przedewszystkiem z mieszańcami. Ale nie zapatruje się na tę sprawę pessymistycznie, twierdząc, że jeśli chemij ze związków udało się wyłowić pierwiastki to i antropologji uda się czyste typy rasowe zdefinjować.

Następnie podaje autor jakby spis spostrzeżeń, które należy uskutecznić przy określaniu rasy.

C. Wzajemny stosunek i rozgraniczenie pojęć.

Przyjmując przy definjowaniu konstytucji podłoże genetyczne, (ogólno biologiczne), musimy się zgodzić, że zakres zjawisk, które podpadają pod pojęcie konstytucji tak ujętej będzie najobszerniejszy. A więc rasa a tembardziej rodzaj, gatunek i budowa ciała zawarte będą w pojęciu tak ujętej konstytucji.

Jeśli przyjąć podłoże patologiczne to nowe otrzymamy sprzeczności, lecz to będzie jakby częściowa konstytucja nie mająca wyraźnego związku z innemi częściowemi konstytucjami a więc konstytucją wewnątrz rasy; budową ciała. Oczywiście skutkiem nieograniczonego obszaru zjawisk dziedzicznych patalogja i antropologja mają wspólną płaszczyznę zetknięcia, lecz ogólny biologiczny pogląd samo przez się zdaniem autora narzuca się w pojmowaniu konstytucji a wobec tego autor nie uważa za praktyczne ograniczać do zjawisk patologicznych konstytucie, gdyż musi być ona istotna we wszystkich innych zjawiskach dotyczących organizmu.

Definicja konstytucji oparta na własnościach fenotypu jest dla autora naukowo bez znaczenia, natomiast oparta na właściwościach paratypu całkowicie sprzeczna z obserwacją.

Praca Dr. Jankowsky'ego jest nad wyraz ciekawa. Analiza istoty jakiegoś zagadnienia naukowego jest jednym z trudniejszych problematów, a powyżej streszczona praca daje ścisłą odpowiedź na postawione pytania, daje jasny obraz stanu w jakim obecnie znajduje się zagadnienie konstytucji.

T. Ż.

Jubileuszowy numer 5. r. 1932. czasopisma „Nordisk Kvinnogymnastik" zawiera m. in. sprawozdanie z 10-letniej działalności Północnego Związku Gimnastyki Kobiecej („Nordisk Forbund for Kvinnogymnastik").

W głównej mierze jest streszczenie pracy twórczyni *Björksten.* Następnie znajdziemy w tymże zeszycie sprawozdanie z licznemi ilustracjami kursu letniego w r. 1932 w Ekenäs i angielsko - skandynawskiego kursu w Anglji oraz święta wychowania fizycznego w Abo.

Redakcja „Wychowania Fizycznego" przyłącza się do życzeń, jakie w tej chwili zewsząd nadpływają do stolicy Finlandji.

M. L.

Dr. Pohlisch. Die Klinik des alkoholismus. (Klinika alkoholizmu). Rev. Suternat. e. l'alcoolisme Nr. 3. 1932. str. 193—205.

Autor przedstawia wyniki badań nad alkoholizmem w Niemczech od czasu rozpoczęcia się wojny światowej.

Obawy, że po wojnie wskutek ogólnej depresji alkoholizm zatoczy szersze kręgi niż w czasach przedwojennych, okazały się płonne. Złe warunki gospodarcze znacznie przyczyniły się do obniżenia komsumpcji napojów alkoholowych, przedewszystkiem wódki,

której cena wzrosła kilkakrotnie. Piwo mniej podrożało, to też obniżenie konsumcji jego jest mniej zaznaczone. Procz biedy jeszcze inne czynniki korzystnie wpłynęły na stan alkoholizmu. Do nich między innemi należy zaliczać zmiany zwyczajów picia alkoholu w sferach studenckich i robotniczych.

Czy z obyczajowego spożycia alkoholu dojdzie do nadużycia stałego o tem decydują właściwości osobnicze pijącego. Właściwości te są uwarunkowane jego usposobieniem i wpływem otoczenia. Rozpatrując psychopatje, wywołane alkoholizmem stwierdzic można, że naogół najcięższe postacie alkoholizmu nie są przyczyną najpoważniejszych zaburzeń umysłowych.

Wśród alkoholików bez psychozy przeważa usposobienie cyklotymiczne. Psychopatów dzielić należy na pobudliwych, przygnębionych i „schizoidów alkoholowych". Następnie autor w ciekawy sposób przeciwstawia morfinistów alkoholikom chronicznym, wykazując zasadnicze różnice w ich usposobieniu.

Postacie chorobowe, spowodowane przez alkoholizm przewlekły nie są specyficzne, mają one dużo cech wspólnych np. z cukrzycą, artretyzmem, kiłą, rakiem, zaburzeniami krążenia i t. p. Omawiając etjologję psychoz alkoholowych autor zwraca uwagę na fakt, że halucynacje i delirium obserwować można także w przypadkach stałego nadużywania środków odurzających, nigdy natomiast w ostrych zatruciach, podobnie jak nie spotyka się tych objawów po nadużyciu ostrem alkoholu.

Kwestja, w jakim stopniu alkoholizm wpływa szkodliwie na potomstwo, nie jest jeszcze ostatecznie rozstrzygnięta. Zdaniem autora wyniki prac doświadczalnych na zwierzętach nie uprawniają do dalekoidących wniosków per analogiam u ludzi. Należałoby dokładniej zbadać rodziny alkoholików, co napotyka na duże trudności. Panse stwierdził fakt, że dzieci alkoholików, które się rodziły w czasie, kiedy ojciec jeszcze nie pił, nie różniły się od rodzeństwa młodszego, urodzonego wówczas, kiedy ojciec już był nałogowym alkoholikiem. Stwierdzenie to pozbawia propagandzistę poważnego argumentu, chociaż dla eugenika jest bez większego znaczenia.

Dr. M. Deżyna
As. Uniw. Pozn.

Dr. Smotlacha. — W jakim stopniu są ćwiczenia na przyrządach odpowiednie dla człowieka a zwłaszcza dla dziecka. „Nova Telesna Vychova" rocz. V. Nr. 1—2.

Na wstępie artykułu autor stwierdza, że znaczna popularność jaką cieszyły się niegdyś ćwiczenia akrobatyczne, obecnie zmalała na rzecz gier, sportów i nowoczesnej gimnastyki. Opierając się na biologicznem podłożu gier i zabaw ruchowych, uzasadnia autor ludzkie upodobania i skłonności do wspinania się, huśtania się w zwisach zwłaszcza w wieku dziecinnym.

W związku z tem powołuje się autor na swe dzieło: „Biologiczne podstawy upodobania człowieka we wspinaniu i zwisach", w którym kwestję te bliżej wyjaśnia i przypomina że ruchy lokomocyjne lub bojowe (bieg, skoki, rzuty, walki, gry) można właśnie ze stanowiska biologji uważać za ważniejsze niż ćwiczenia przyrządowe. Przy ćwiczeniach w zwisach podkreśla Dr. Sm. ich znaczenie jako ćwiczeń odwagi i orjentacji, których nowoczesny człowiek potrzebuje do sportu automobilowego lub lotniczego. Kwestja miary oraz sposobu ich za-

stosowania do metodycznego wych. fiz. wymagałaby naturalnie dopiero dokładniejszego opracowania, które autor też ogłasza.

W num. 3—4 dotyka się Dr. Sm. ciekawego faktu, że w człowieku przeważa tendencja do kręcenia się, krążenia lub wogóle do ruchów kierowanych w lewo, tłumacząc to zjawisko przyczynami biologicznemi, wskutek morfologicznej i funkcjonalnej asymetrji. Uwzględnienie wspomnianej skłonności widzi autor n. p. w niektórych tańcach, w bieżniach dla zawodów lub wyścigów i t. p. Podobne zjawisko stwierdza też w następnym artykule RNC. Kriha, przytaczając dla uzasadnienia swej tezy przykład ludzi błądzących we mgle, w nocy lub w śnieżycy, (n. p. narciarzy), którzy się kręcą po linji kolistej lewą stroną.

Prof. F. Horak—Praga.

Prof. Svara. — Nowy program wychowania fizycznego w szkołach średnich. „Nova Telesna Vychova" Nr. 1—2.

Omawiając projekt nowego programu wychowania fizycznego autor stwierdza, że program ten zastąpi dziś już stare wytyczne w tej dziedzinie z roku 1911.

Zdaniem autora program obecny jest opracowany nadzwyczaj starannie i jako rzecz znamienną podkreśla, jaknajswobodniejsze korzystanie z naturalnych środków (kraju, terenu, wody, lodu, śniegu) dla celów wych. fiz., przyjmując równocześnie projektowany, ogólny podział środków fizycznowychowawczych, które zawierają ćwiczenia główne (metodyczne, lekcyjne), ćwiczenia okolicznościowe (przypadkowe, sezonowe) i pouczanie praktyczno-teoretyczne.

a) Ćw. metodyczne (porządkowe, kształtujące, główne (bieg, skoki, wstępowanie — wspinanie — zwisy, rzuty, walki wręcz, podnoszenia), gry;

b) Ćw. sezonowe: ćw. w wodzie (pływanie, skoki do wody), ćw. na lodzie lub śniegu (jazda na nartach, łyżwach, sankach), wędrówki, życie w obozie;

c) wskazówki higjeniczne oraz pierwsza pomoc w nieszczęśliwych wypadkach.

Na specjalną uwagę zasługuje wzmianka, że dawniejsza hegemonja akrobatycznych ćwiczeń przyrządowych została usunięta i ćwiczeniom tym — całkiem słusznie — zostawiono znaczenie tylko drugo — może nawet trzeciorzędne.

Prof. Horak — Praga.

Z Towarzystw, Instytucyj i Zjazdów

Międzynarodowa konferencja w Amsterdamie w sprawie organizacji schronisk wycieczkowych dla młodzieży.

Z inicjatywy związku holenderskiego „Nederlandsche Jeugd Herberg Centrale" odbyła się w dniach 19—22 października br. w Amsterdamie konferencja międzynarodowa, poświęcona sprawom organizacji schronisk wycieczkowych dla młodzieży.

W konferencji wzięli udział przedstawiciele organizacyj schroniskowych 11 państw, a mianowicie: Anglji, Bel-

gji (delegat związku flamandzkiego, z Czechosłowacji, delegat związku niemieckiego, Danji, Francji, Holandji, Irlandji, Niemiec, Norwegji, Polski i Szwajcarji. Z pośród państw, w których rozwinął się ostatnio ruch turystyczny i organizacja schronisk wycieczkowych młodzieży, nie przysłały swych delegatów. Czechosłowacja (klub czechosłowackich turystów), Austrja, Finlandja i Szkocja. Z Polski uczestniczyli w konferencji: p. Józef Błoński, naczelnik wydziału Min. W. R. i O. P. i p. dr. Mieczysław Orłowicz, radca Wydziału turystyki Min. Komunikacji.

Zadaniem konferencji było zorjentowanie się w obecnym stanie organizacji schronisk wycieczkowych w poszczególnych państwach oraz omówienie szeregu zagadnień, wiążących się zarówno z samą organizacją schronisk, jak i z rolą, jaką spełniać powinny w międzynarodowym ruchu turystycznym młodzieży.

Z przedstawionych na konferencji sprawozdań o stanie obecnym ruchu wynika, iż turystyka młodzieży, dzięki swym wielkim walorom wychowawczym zdobywa powszechne uznanie, a wyrazem tego są planowe wysiłki w kierunku nadania jej form najwłaściwszych dla potrzeb i warunków danego kraju. W dziedzinie organizacji schronisk wycieczkowych dla młodzieży przodują Niemcy.

Wędrówki młodzieży mają starą tradycję i swój specyficzny charakter narodowy. Rozwój organizacji niemieckiej jest imponujący: 2200 schronisk wycieczkowych i 4200.000 wydanych w nich w r. 1931 noclegów. Pod silnym wpływem wzoru niemieckiego i ideologji „wanderu", której naczelnem hasłem jest powrót i zbliżenie się do natury, powstaje ruch schroniskowy w Szwajcarji. (181 schronisk), Holandji (43 schronisk), Flamandji (14 schronisk), Anglji (144 schronisk), Danji (134 schronisk) i innych państwach germańskich. Na gruncie odmiennych założeń wychowawczych rozwija się ruch turystyczno - krajoznawczy i organizacja schronisk wycieczkowych dla młodzieży w Polsce, Czechosłowacji, (600 schronisk), Bułgarji, Austrji. Na tle sprawozdań innych państw bilans Polski w dziedzinie akcji turystyczno - krajoznawczej młodzieży i organizacji szkolnych schronisk wycieczkowych przedstawiał się wcale korzystnie. W latach 1926—1932 zorganizowaliśmy 195 szkolnych schronisk wycieczkowych (nie licząc schronisk i domów turystycznych społecznych), wyposażyliśmy je w 3488 łóżek, zarejestrowaliśmy w nich 64.305 noclegów. Ten rezultat osiągnęliśmy przy pomocy bardzo skromnych środków finansowych. Kroczymy oczywiście daleko w tyle za Niemcami, ale w szeregu innych państw tuż za Czechosłowacją i Szwajcarją. Charakteryzują nas też odmienne, niż w innych państwach, formy pracy w zakresie turystyki i krajoznawstwa; wycieczki szkolne, koła krajoznawcze młodzieży szkolnej, harcerstwo.

Poza częścią sprawozdawczą, porządek dzienny obrad konferencji obejmował szereg zagadnień natury organizacyjnej i technicznej, jak: sprawy, związane z wykorzystaniem schronisk wycieczkowych w międzynarodowym ruchu turystycznym młodzieży, normalizację urządzeń schroniskowych, ułatwienia wycieczkowe dla młodzieży i t. p.

W dniach 22 i 23 października uczestnicy konferencji zwiedzili kilka schronisk wycieczkowych holenderskich, a mianowicie w Amsterdamie, Haarlannie,, Assumburgu, Costricum, Vintevecu, Soest, Amerofoort i Doorn. Schroniska holenderskie urządzone są bardzo starannie w budynkach wła-

snych lub specjalnie na ten cel oddanych lokalach, mają bogate wyposażenie i cieszą się dużą frekwencją.

Konferencja międzynarodowa w Amsterdamie spełniła dobrze swoje zadania informacyjne i propagandowe, oraz zapoczątkowała współpracę organizacyj turystycznych i schroniskowych młodzieży na gruncie międzynarodowym.

Organizacja konferencji była wzorowa.

Józef Błoński.

Posiedzenie lekarzy szkolnych w Wydziale Wych. Fiz. i Hig. Szk. Min. W. R. i O. P. w dn. 20 października 1932 r.

Przewodniczący: *dr. St. Kopczyński*, sekretarz: *dr. J. Bogdanowicz*. Osób obecnych 76.

1. Przewodniczący omawia przed posiedzeniem nowy typ książki sanitarnej lekarza szkolnego, treść zeszytu IV Higjeny Szkolnej oraz okólnik Ministerstwa w sprawie dożywiania dziatwy szkolnej.

Dr. *Niewiński*, kol. *Piotrowska*, prof. *Francikowski*, dr. *Mitkiewicz* oraz dr. *Raschpichler* omawiają treść regulaminu, dotyczącego kwalifikowania do hufców szkolnych, przyczem wskazują na konieczność ścisłej współpracy lekarza z władzami szkolnemi i racjonalnej kontroli nad stanem zdrowia młodzieży ćwiczącej.

dr. *El. Reicher* wygłasza odczyt na temat: „Zagadnienia kliniczne w zakresie wychowania fizycznego".

Referentka wspólnie z kol. Jadwigą Pągowską opracowała zmiany i sprawy chorobowe, występujące najczęściej wśród młodzieży szkolnej, zgłaszającej się do Poradni Wychowania Fizycznego II Kliniki Chorób Wewnętrznych Uniwersytetu Warszawskiego. Określono częstość występowania skrzywień kręgosłupa, stóp płaskich oraz rodzajów podstawy, powiększenia migdałów i gruczołów chłonnych wreszcie wadliwego uzębienia. Szczególną uwagę zwróciły referentki na sprawy płucne, przyczem okazało się, że o ile częste były przebyte zmiany płucne, to czynne i zaraźliwe sprawy gruźlicze były bardzo rzadkie i wynosiły zaledwie niecały procent tak wśród młodzieży męskiej, jak i młodzieży żeńskiej.

Wady serca, głównie niedomykalności dwudzielnej, czasami powikłane zwężaniem lewego ujścia żylnego, spotykało się względnie częściej, niż to jest opisane w literaturze. Jest możliwem, że można to przypisać specjalnemu doborowi materjału, który lekarze przysyłają do Poradni głównie przez wzgląd na dolegliwości sercowe. Autorki omawiają dalej częstość występowania serc dużych bez zmian osłuchowych, jako też serc małych bez zmian wysłuchowych i ze zmianami wysłuchowemi, zwracając uwagę na cechy reakcji czynnościowej narządu krążenia w zależności od wielkości serca w szczególności na zachowanie się skurczowego i rozskurczowego ciśnienia krwi. Dokładniej również było roztrząsane zagadnienie częstości występowania zmian płucnych w stosunku do spraw sercowych,. nietylko wad serca, ale i w stosunku do wielkości serca, przyczem uderza, że szczególnie duży odsetek spraw płucnych spotyka się u osób obarczonych sercem małem, wykazującem szmery przypadkowe.

W dyskusji:

Przewodniczący komunikuje, że życzeniem p. min. Pierackiego jest, by

lekarze szkolni i nauczyciele gimnastyki zwrócili specjalną uwagę na kwalifikowanie do ćwiczeń cielesnych dziatwy i młodzieży

dr. Roszkowski zaznacza, że o związku małego serca i gruźlicy pisali już E. Zieliński i dr. Polański. Sądzi, że wysokie liczby wad organicznych u badanej młodzieży związane są z charakterem przychodni, gdzie badanemi są właśnie dzieci o wątpliwem zdrowiu. Uważa za wysoce celowe urządzenie specjalnej poradni dla dzieci szkolnych o typie, zalecanym przez prelegentkę.

dr. Surawska przypuszcza, że częstość występowania małego serca związane jest z wiekiem badanych dzieci (okres dojrzewania).

Dr. Leśkiewiczowa wskazuje na trudności przy stworzeniu oddzielnych grup ćwiczących dla młodzieży słabszej. Uważa stworzenie Centralnej poradni za bardzo ważne. Dziewczęta miesiączkujące są zwalniane w szkołach na czas od 3—4 dni, a więc dłużej, niż to podaje prelegentka.

Dr. Cieszyński przypuszcza, że z czasem stworzy się specjalny odłam medycyny poświęcony badaniu wieku młodzieńczego.

Dr. Piotrowska przypomina, że można wiązać małe serca z gruźlicą jako wyraz małowartościowości ogólnej organizmu a zwłaszcza jego górnego odcinka.

Dr. Zaborowska - Domosławska proponuje rozdzielać dzieci do ćwiczeń nie według klas a według wieku fizjologicznego (system skandynawski). Uważa za niebezpieczne stosowanie niektórych ćwiczeń u dziewcząt jak rzuty kulą, skoki i t. d.

Dr. Bogdanowicz zapytuje o wiek badanych dzieci, o częstość arytmji i występowanie objawów zapalenia wyrostka robaczkowego. Obawia się nieporozumień między decyzją poradni, lekarza szkolnego i domowego.

Dr. Goździcki przypomina częstość konfliktów pomiędzy lekarzem szkolnym i domowym przy zwalnianiu z gimnastyki.

Prof. Francikowski sądzi, że nauczyciele gimnastyki obecni mało znają gimnastykę leczniczą.

Dr. Frühaufowa mówi o spotykanych nieodpowiednich kostjumach ćwiczebnych.

Dr. Hercenbergowa zapytuje, jak ustosunkować się do gimnastyki w przypadku serca dużego.

W odpowiedzi *prelegentka* zaznacza, iż wiek badanych wynosił przeważnie od 15 do 18 lat, system Klappa wzmacnia mięśnie kręgosłupa i odciąża narząd krążenia, grupy dla gimnastyki leczniczej należy z konieczności tworzyć przez szkołę, występowanie arytmji w wieku dojrzewania stwierdzono często, zapalenie wyrostka robaczkowego częściej u dziewcząt.

Odpowiedź poradnia nadsyła na ręce lekarza szkolnego.

Posiedzenie zamknięto o godz. 22-30.

Sprawozdanie z posiedzenia inauguracyjnego Sekcji Lekarzy Szkolnych przy K. O. Szk. Pozn., które odbyło się dnia 10. X. 1932 r. o g. 19 m. 15 w sali Zakładu Antropologji Uniwersytetu Poznańskiego przy obecności 84 osób.

Posiedzenie zagaił w imieniu P. Kuratora Okręgu Szkolnego Poznańskiego P. Naczelnik Wydziału II Biedowicz witając zebranych, podkreślając krótko potrzebę tego rodzaju sekcji i życząc owocnej pracy w przyszłości. Następnie p. Wizytator Higjeny Szkolnej dr. Józef Ciosłowski wyjaśnił cele i zadania Sekcji Lekarzy szkolnych oraz przedstawił plan pracy na

przyszłość, która będzie odpowiadała mniej więcej pracy w już istniejących sekcjach w Warszawie, Łodzi i t. p. z uwzględnieniem warunków lokalnych.

Po krótkiem przemówieniu dra J. Ciosłowskiego zabrał głos Naczelny Wizytator Higjeny Szkolnej w Ministerstwie Wyznań Religijnych i Oświecenia Publicznego dr. Stanisław Kopczyński w sprawie najważniejszych zagadnień lekarza szkolnego w chwili obecnej. Prelegent podkreślił trudne warunki pracy lekarza szkolnego w chwili obecnej z powodu kryzysu ekonomicznego jednak, że sprawa ulepszenia tych warunków pracy zależy przedewszystkiem od samych lekarzy a to w tym sensie, że wydajna i sumienna praca lekarzy szkolnych musi przyczynić się do rozwoju tej instytucji. Następnie prelegent poruszył szereg zagadnień związanych z działalnością lekarza szkolnego, podkreślając, że lekarz szkolny musi być niejednokrotnie również wychowawcą fizycznym i psychologiem. Podkreślił również potrzebę organizowania współpracy z poliklinikami różnych specjalności celem ulepszenia opieki nad dziećmi szkolnemi.

Po referacie dra St. Kopczyńskiego wywiązała się dyskusja w której wzięli udział:

Dr. Hryniewiecki: porusza sprawę poradni zawodowych i lekarskich.

Dr. Zeyland: oświadcza, że przy Klinice Chorób Dziecięcych U. P. jest zorganizowana poliklinika dla dzieci szkolnych, że jednak lekarze szkolni nie korzystają z niej w dostatecznej mierze

Dr. Bross: przedstawia trudności w zorganizowaniu polikliniki.

Dr. Łączkowska: podaje do wiadomości, że poradnia w sprawach ucha, nosa i gardła a szczególnie braków wymowy istnieje przy klinice Oto-laryngologicznej U. P.

lek. dent. Brzeski: przedstawia małe uświadomienie rodziców w sprawie potrzeby leczenia zębów i tem samem trudności pracy lekarzy dentystów. Proponuje ażeby zwiększyć starania o uświadomienie wielkich mas o ważności leczenia zębów.

Dr. J. Szuberla: podnosi niedostateczność opieki dentystycznej.

Dr. Łączkowski: podnosi sprawę niewłaściwości wykładania higjeny przez nauczycieli przyrody, co zdarza się w licznych szkołach ze szkodą i dla samej nauki i dla pracy higjenicznej lekarza szkolnego, który ma za mało styczności z dziećmi.

Następnie odbył się wykład dra W. Degi p. t. „Postawa jako zagadnienie szkolne". Prelegent przedstawił początkowo teoretycznie zasady dobrej postawy w porównaniu ze zwierzętami, następnie podał krótko klasyfikacje postaw, wreszcie poruszył zagadnienie pogorszenia się postawy w związku z pobytem dziecka w szkole. Na zakończenie przedstawił w krótkim zarysie sposób i cel zorganizowanych przez prelegenta w Poznaniu w szkołach powszechnych kursów gimnastyki specjalnej dla poprawienia postawy. Wykład był ilustrowany przeźroczami.

Posiedzenie zakończono o godzinie 21 min. 15.

w. z Przewodniczący Sekcji Lekarzy Szkolnych

(Doc. Dr. Godycki)

Federacja Związków Absolwentów Państw. Inst. Wych. Fiz. i Absolwentów Centr. Inst. Wych. Fiz.

Wymienione Związki, dążąc do zjednoczenia ogółu wychowawców fizycznych w Polsce, celem przyśpieszenia prac organizacyjnych, uzgodniły wytyczne swej pracy i połączyły się w Federację Związków Absolwentów Instytutów Wych. Fiz. na mocy następującej uchwały:

„Wobec nieudanych dotychczas prób stworzenia ogólnopolskiej organizacji wychowawców fizycznych, Związki Absolwentów P.I.W.F. i C.I. W.F. nieustając w usiłowaniach zjednoczenia ogółu nauczycielstwa w. f. w Polsce, postanawiają połączyć się w Federację Związków Absolwentów Instytutów W. F.

Począwszy od dnia 15 grudnia 1932 roku oba zjednoczone (sfederowane) Związki postanawiają:

1) aż do czasu utworzenia Ogólnopolskiego Związku Wych. Fiz. uważać Federację za jedyną reprezentację nauczycielstwa wych. fiz. i jego interesów zawodowych;
2) prowadzić wspólnie akcję około organizacji ogólnopolskiego Związku Wychowawców;
3) utworzyć z przedstawicieli Zarządów obu Związków, Zarząd Federacji Związku Abs. I.W.F.
4) zobowiązać członków obu Związków do bezwzględnie solidarnego występowania w sprawach organizacyjnych ogólnopolskiej reprezentacji nauczycielstwa wych. fiz.;
5) podać powyższe uchwały do publicznej wiadomości".

za Komisję porozumiewawczą:
Związek Abs. P. I. W. F.

Związek Abs. C. I. W. F.
(—) Wardas Florjan
(—) Orlowicz Zygmunt
(—) Włodzimierz Humen
(—) Roszko Roman

Walne Zebranie Sekcji Nauczycieli W. F. przy śląskim okręgu T. N. S. W.

Walne zebranie sekcji nauczycieli w. f. przy śląskim okręgu T.N.S.W. odbyło się dnia 21 października 1932 r. w Katowicach w państw. gimnazjum przy udziale 38 nauczycieli, nauczycielek w. f. i lekarzy szkolnych szkół średnich. Wydział Oświecenia Publicznego Śląskiego Urzędu Wojewódzkiego reprezentowali pp wizytatorzy Witold Wysocki i Dr. Tytus Zajączkowski, ostatni również jako reprezentant Zarządu Okr. T.N.S.W., oraz dyrektor gimnazium Dr. Francić.

Walne zebranie poprzedziła lekcja uczniów V kl. gimnazjalnej z uwzględnieniem młodzieży słabowitej, którą przeprowadził prof. Stefan Kisieliński, oraz referat wygłoszony przez prof. Włodzimierza Markowskiego z Król. Huty, omawiający szczegółowo traktowanie młodzieży słabowitej i niedorozwiniętej na podstawie podręcznika Dra Reicherówny.

Po referacie przeprowadzono dyskusję na temat lekcji i referatu, w której zabierali licznie głos nauczyciele oraz pp. wizytatotrzy podkreślając znaczenie prowadzenia lekcji gimnastycznych dostosowanych do warunków i rozwoju fizycznego młodzieży przy szczególnem uwzględnieniu młodzieży fizycznie słabszej lub z orga-

nicznemi schorzeniami, przyczem udzielali wiele cennych wskazówek i rad tak praktycznych jak i wychowawczych.

Następnie odczytał sekretarz protokół z ostatniego walnego zebrania, zaś prezes złożył szczegółowe sprawozdanie z działalności Zarządu za rok ubiegły, a skarbnik sprawozdania kasowe. Sprawozdania przyjęto bez dyskusji i na wniosek komisji rewizyjnej udzielono ustępującemu Zarządowi absolutorjum.

W głosowaniu przez aklamację wybrano prezesem ponownie prof. Marjana Kulika z Mysłowic, a do Zarządu pp. Włodzimierza Markowskiego, Peterównę z Król. Huty, Karola Golę z Pszczyny, Dra Hylewicza, Stefana Kisielińskiego i Andrzeja Żontka z Katowic. Do Komisji rewizyjnej pp. Jana Madeja, Jana Musioła i Sikorzankę.

Szeregiem wniosków w formie życzeń skierowanych do Władz szkolnych zawierających postulaty nauczycielstwa w. f. oraz dążących do podniesienia wychowania fizycznego w szkolnictwie średniem i powszechnem, jak również kilka interpelacji, które przedstawiciele W.O.P. wyjaśnili, zakończono zebranie.

W tym miejscu należy podkreślić przychylność W.O.P. jak również Dyrekcji szkół, które na każdym kroku starają się przyjść z pomocą sekcji przez udzielanie urlopów nauczycielstwu w. f. na odbywanie zebrań, odstępywanie sal szkolnych na zebrania oraz zezwalanie na zajmowanie młodzieży szkolnej do przeprowadzania lekcyj praktycznych. Zarząd Sekcji poczuwa się zatem do miłego obowiązku złożenia Władzom szkolnym za tą bezinteresowną pomoc szczerego podziękowania.

Rezolucje.

Zebrani na dorocznem walnem zebraniu sekcji nauczycieli wych. fiz. zwracają się do Wydziału Oświecenia Publicznego przy Śląskim Urzędzie Wojewódzkim by:

I. Zrealizował wnioski sekcji uchwalone na walnem zebraniu sekcji dnia 10 listopada 1931 r. a przedstawione W.O.P. pismem z dnia 17 grudnia 1931 r. L. 33, a mianowicie:

a) by przy W.O.P. wprowadzono instruktorów fachowych dla szkoł powszechnych w dziedzinie wychowania fizycznego, tak jak to uczyniono dla innych przedmiotów;

b) by przedmiot nauczania gimnastyko wcielono do II kategorji przedmiotów nauczania, a tem samem zmniejszono liczbę godzin gimnastyki odpowiadającą kategorji II;

c) by za zawiadywanie gabinetem gimnastycznym przyznano nauczycielom wynagrodzenie w ilości 2 godzin tygodniowo;

d) by do szkół zawodowych dokształcających przydzielono kwalifikowanych nauczycieli w. f. w miejsce podoficerów, którzy ze względu na brak podstaw pedagogicznych i odpowiedniego wykształcenia, do tego nie nadają się;

b) by urządzane dla nauczycieli w. f. w ciągu roku szkolnego kursy dokształcające tak, jak to się czyni dla nauczycieli innych przedmiotów i by nauczyciele w. f. mogli się zetknąć z pracę wych. fizycz. bezpośrednio w wyższych uczelniach (Studjum w. f. — C.I.W.F.);

f) by przywrócono dawną liczbę godzin tygodniowo gimnastyki w klasach VI. i VII. gimnazjów i na III i IV. kursie seminarjów nauczycielskich gdyż po jednej godzinie gimnastyki u-

żyto na p. w. dla hufców szkolnych;

g) by miarodajne czynniki zezwoliły na przeprowadzanie próby sprawności fizycznej w P.O.S. dla młodzieży szkolnej w miejsce urządzanych dorocznych świąt sportowych;

II. Uregulował sprawę dla gier i zabaw ruchowych oraz p. w. dla hufców szkolnych we wszystkich zakładach naukowych a to:

a) przez sprowadzenie z powrotem gier i zabaw ruchowych w myśl rozporządzenia M.W.R. i O.P. w dotychczasowej rozciągłości lub też wprowadzonej specjalnie w godzinach gimnastyki po myśli rozp. W.O.P. z roku 1929 w formie zaliczalnych 6 godzin nadliczbowych, b) względnie odpowiedniej zniżki godzin etatowych.

Uregulowanie tego wymaga konieczność zrealizowania pełnego programu w. f. w szkołach, obejmującego nietylko lekcje metodyczne, lecz również wycieczki, gry, próby sprawności o P.O.S. Z powodu zniesienia godzin dla gier i zabaw wykonanie tak obszernego programu jest niemożliwe.

c) Przyznanie zwrotu kosztów podróży nauczycielom za ćwiczenia koncentracyjne i marsze hufców p. w.

Oficerzy i podoficerzy pełniący obowiązki instruktorów p. w. w powiatowych komendach w. f. i p. w. otrzymują koszta podróży za wyżej przytoczone czynności, co też słusznie się należy i nauczycielstwu.

d) Przywrócenie z powrotem zakładom funduszu gier i zabaw ruchowych i zezwolenie na dysponowanie tym funduszem Dyrekcjom zakładów, na przybory do użytku sportowego dla młodzieży.

III. Poczynił starania u miarodajnych czynników celem przyznania rodzinom nauczycieli zniżek kolejowych w tej samej wysokości co wszystkim urzędnikom państwowym.

IV. Możliwie jaknajszybsze załatwianie spraw nauczycieli jak personalne, zwrot kosztów podróży, przesiedlenia, leczenia i t.p.

V. Przy zatwierdzaniu posad nauczycielskich w prywatnych lub komunalnych szkołach w pierwszej linji uwzględniano nauczycieli kwalifikowanych, posiadających wieloletnią praktykę.

VI. Zdając sobie sprawę z wychowania fizycznego w szkolnictwie powszechnem, uważamy, że rozwiązanie problemu tego przez zastąpienie instruktorów nauczycielami w. f. przydzielonemi do szkolnictwa powszechnego, którym przydzielonoby rejony celem instruowania nauczycielstwa o racjonalnem prowadzeniu lekcji gimnastyki nie wyczerpuje w zupełności zadania instruktorów, podtrzymujemy nadal nasz wniosek o wprowadzenie instruktorów przedstawiony pismem z dnia 17. XII. 1931., a powtórzony na wstępie pod pkt. I/a.

Z praktyki dla praktyki.

(*Dział Związku Absolwentów Centr. Inst. Wych. Fiz.*).

Z pośród szeregu gier piłkowych, które można uprawiać na sali gimnastycznej, wyróżnia się piłka koszykowa ciesząca się znacznem zainteresowaniem młodzieży starszej. Z doświadczenia wiemy, że zainteresowaniem młodzieży cieszy się tylko te gry, które technicznie są należycie opanowane. Piłka koszykowa zaś stawia duże wymagania techniczne, które polegają na: dobrze opanowanym biegu,

zręcznym wymijaniu, łapaniu piłki, ocenie szybkości, dokładności, wytrwałości a nadewszystko na szybkiej trafnej i zdecydowanej ocenie sytuacji i należytym sposobie ich rozwiązywania. Jak widzimy więc najważniejszym elementem gry musi być uzasadnione przewidywanie. To też przebieg gry powinien nie polegać na przypadku, lecz wypływać z przemyślanych akcyj. Niestety okazuje się, że u drużyn nawet przeciętnie dobrych rzadko kiedy spotykamy się z dążeniem do przemyślanej gry. Dzieje się to dlatego, że w zaprawie do chwytnych gier piłkowych, zwraca się wielką uwagę na technikę rzutu, chwytu wyminięcia i t. d. a nie zważa się na taktykę gry.

Taktyka gry polega na tem, że drużyna zgóry ma przygotowane pewne akcje w ustawianiu się na boisku i w czasie gry stosuje je niespodziewanie i szybko przez co uzyskuje dogodne stanowisko, do wykonania strzału do kosza.

Np. zawodnik (1) rozpoczyna grę ze środka i w momencie skoku do piłki zapowiada numer akcji np. 5, która polega na tem, że poda piłkę on prawemu obrońcy (2) wtył, prawy zaś obrońca poda ją prawemu napastnikowi (3). Miejsca są zgóry ustalone, więc trzeba je tylko szybko zająć, tak, aby przeciwnicy nie zorjentowali się kto i z jakiego stanowiska będzie strzelał. W tym wypadku strzał powinien wykonać prawy napastnik (3).

Próby wprowadzenia tych akcyj u nas nie udały się. Przyczynę niepowodzenia stanowi brak zrozumienia tych akcyj nietylko przez ćwiczących ale i tych, którzy prowadzili zaprawę.

Pierwszym i niezbędnym warunkiem w tej zaprawie jest przyzwyczajenie graczy do czytania numerów na kostjumach współgrających. U nas sądzi się że numer gracza jest po to, żeby sędziemu ułatwić zadanie. Tymczasem sędziemu wystarczają do orjentacji odmienne stroje. Numery wprowadzili Amerykanie właśnie dla ułatwienia drużynie przeprowadzenia akcyj. To też w zaprawie należy uczniów nauczyć odczytywania i szukania po boisku gracza z właściwym numerem. Posiada to również jeszcze jedną dodatnią stronę. Mianowicie że powstają przez to pewne krótkotrwałe zatrzymania w grze, które są niezbędne z tego powodu, iż koszykówka prowadzona jest na małem boisku przy stosunkowo dużej ilości grających, przyczem wymaga szybkiego biegu po którym muszą być chwile odpoczynku. W sposobie gry dadzą się wyodrębnić dwa kierunki; 1) system biegu, 2) system krótszych lub dłuższych ale dokładnych podań przeprowadzonych łącznie z posuwaniem się do przodu.

System biegu polega na tem, że piłki nie podaje się często i dokładnie do rąk, lecz prowadzi ją w biegu grający, a podaje ją innym nieco wprzód zmuszając ich do wybiegu wprzód do piłki. Jest to szybkie zdobywanie przestrzeni kosztem dokładności. W tym czasie kiedy pierwszy prowadzi piłkę do przodu, cały atak stara się biec równolegle z nim naprzód a wrazie utraty piłki cofa się do tyłu.

System rzutny z podaniami polega na częstych, krótkich i dokładnych podaniach łącznie z posuwaniem się do przodu. Bieg sam, stosuje się tu raczej celem zdobycia piłki. System ten pozwala na zastosowanie w czasie gry pewnej myśli, podczas gdy sposób pierwszy opiera się na przypadkowości w grze. Podczas samej gry nie powinno się stosować wyłącznie systemu pierwszego lub drugiego: powinno się zastosować wyłącznie systemu pierwszego z drugim, z przewagą jednak systemu drugiego.

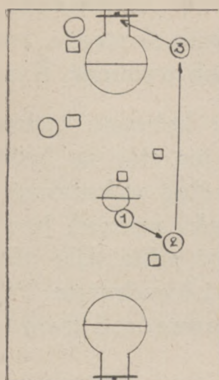
Przeprowadzimy teraz cały szereg kombinacji gier piłkowych które w swej istocie są ćwiczeniami uwagi, reakcji, celności, oraz techniki rzutu i chwytu piłki, równocześnie stanowią one zaprawę do samej gry. Kombinacje te oparte są na współzawodnictwie i mają na celu wyrobienie szybkiej orjentacji i decyzji w skomplikowanej sytuacji lecz zgóry ustalonej i każdemu znanej.

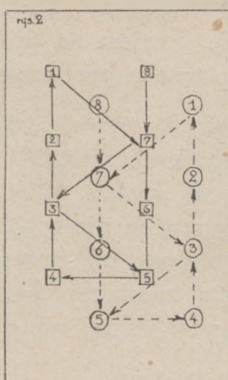
Ćwiczenia te w znacznej mierze przyczyniają się do wzmożenia zainteresowania zaprawą prowadzoną nawet przy małej ilości sprzętu. Tu bowiem rozdzielają się cele wychowawcy i ucznia. Wychowawca drogą zabawy wprowadza zaprawę lecz uczeń nie widzi jej i uczy się podświadomie przez zabawę.

Podawanie piłek w kole. Na obwodzie koła ustawiają się wszyscy grający i odliczają do dwóch. „Jedynki" ubierają numery lub szarfy. Pierwszy z „jedynek" i „dwójek" biorą po jednej piłce i podają na sygnał we wskazanym kierunku — który szereg prędzej. Dla utrudnienia można włączyć do gry dwie a nawet 3 piłki. Początkowo piłki w każdym szeregu powinny być różnej wielkości a później można używać piłek jednakowej wielkości. Dla dalszego utrudnienia można wprowadzić to, że przed oddaniem piłki dalej, należy ją raz skozłować.

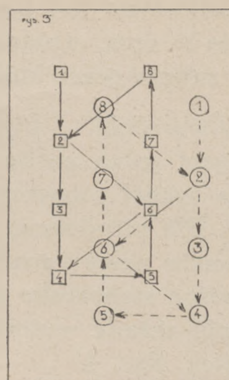
Równoległobok dolny. Piłka idzie we wskazanym kierunku od 8 do 7, 6, 5, 4, 3, 2 i 1, poczem wraca wdół podawana przez nieparzystych, t. zn. od 1 do 7, 3, 5. Rys. 2.

„Równoległobok górny". Piłka idzie we wskazanym kierunku podobnie jak w poprzedniej grze. Zaczyna tu jednak 1 dlatego żeby wzięli udział i parzyści t. zn. od 8 do 2, 6, i 4.

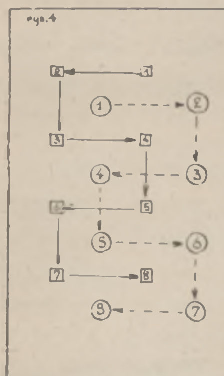




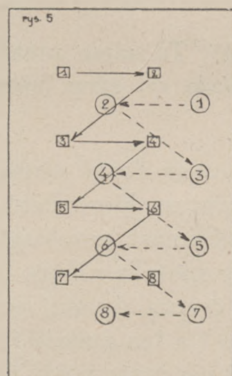
równoległobok „dolny"



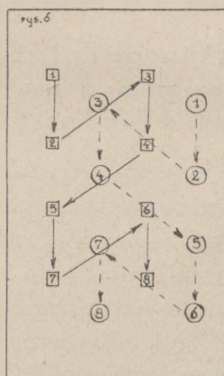
równoległobok „górny"



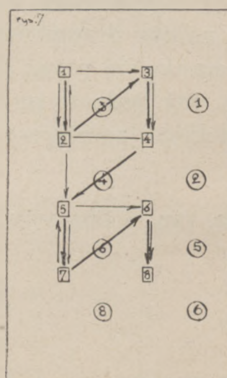
„czworoboki"

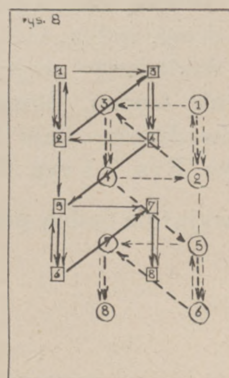


równoległa i skośna



prostopadła i skośna





Ustawienie kolumny ćwiczebnej „pokryte" i „wyrównane" powoduje tu duże utrudnienie, bowiem na linji rzutu skośnego, znajduje się zawsze gracz którego trzeba przerzucać lub wyminąć. Rys. 3.

„Cworoboki". Ćwiczących ustawia się w kolumnę ćwiczebną, przyczem jedna partja robi krok wprzód, by nie stać na linji rzutu. Na sygnał rozpoczyna się wyścig piłek według wskazanego kierunku. Dla utrudnienia gry można nie robić kroku wprzód, lecz podczas rzutu należy gracza ominąć lub przerzucić piłką. Dla ułatwienia można stanowisko graczy zaznaczyć kołem i kwadratem. Po opanowaniu zasady wyścigu przy jednej piłce wprowadzać dwie i więcej piłek. Rys. 4.

„Równoległa i skośna". Piłka idzie we wskazanym kierunku, przyczem zmienione jest ustawienie grających, tak że piłka idzie raz równolegle do poziomu, a raz skośnie wdół. Rys.5.

„Prostopadła i skośna". Ta sama zasada gry — piłka idzie raz pionowo wdół, a raz skośnie do góry, poczem znów pionowo wdół i skośnie wdół. Rys. 6.

Akcje złożone. Akcje te są dosyć utrudnione a polegają na omijaniu przeciwnika. Zasadniczym kierunkiem rzutu jest „prostopadła i skośna". T. z. piłka miałaby nast. przebieg od 1 do 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8. Podana piłka od 1 do 2 nie spotyka nikogo na drodze, podana jednak od 2 do 3 natrafiłaby na gracza drugiej partji; należy go wyminąć. Wobec tego piłka wraca do 1 a ten podaje ją dopiero do 3. Od 3 idzie bez przeszkody do 4. Od 4 nie może pójść do 5. Wobec tego 4 oddaje ją do 2 i zapowiada mu 5. Ten łapie piłkę i podaje ją zapowiedzianemu 5; od 5 do 6 pozostaje wolna droga. Następnie między 6 i 7 trzeba wyminąć. Wobec tego 6 podaje z powrotem do 5 i zapowiada 7. Od 7 do 8 droga wolna. Grę tę należy przeprowadzić najpierw bez piłek celem dokładnego zorjentowania się przez grających. Jest ona tylko pozornie trudna. Bowiem, już jednak po jednorazowem wolnem przeprowadzeniu daje wielkie zainteresowanie i dobre współzawodnictwo. Rys. 7 i rys. 8.

Rysunek 7 wyjaśnia jedną partję, rys. 8 oba współzawodniczące zespoły.

Jan Skład.

1908. Drukarnia Gospodarcza, Warszawa, Wspólna 54, tel. 8-34-12.